

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN KEPERCAYAAN  
DIRI DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Oleh:

**Riska Widyawati**  
**1431080177**

**Program Studi : Psikologi Islam**

**Pembimbing 1 : A. Retno Riani, S. Psi, M.Psi**

**Pembimbing 2 : Annisa Fitriani, S.Psi., MA.**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1440/2018 M**

**PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Riska Widyawati

NPM : 1431080177

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “ Hubungan Kematangan Emosi Dan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja merupakan hasil karya peneliti dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Bandar Lampung, 7 Oktober 2018

Yang Menyatakan,

**Riska Widyawati**  
**1431080177**

## ABSTRAK

### Hubungan Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja

Oleh

**Riska Widyawati**  
**1431080177**

Remaja merupakan makhluk sosial yang dalam kehidupannya cenderung melakukan komunikasi, interaksi dan bersosialisasi dengan yang lain. Salah satu keberhasilan pada remaja yaitu mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya. Remaja yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik terhadap teman maupun terhadap orang yang tidak dikenal sehingga sikap orang terhadap mereka menyenangkan, maka dari itu dibutuhkan kematangan emosi dan kepercayaan diri dalam penyesuaian sosial.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1. Adanya hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial. 2. Adanya hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. 3. Adanya hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial.

Populasi penelitian adalah siswa dan siswi SMAN 13 Bandar Lampung yang dengan jumlah siswa sebanyak 819 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *cluster random sampling* dan didapatkan sebanyak 92 siswa sebagai sampel.

Alat yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan 1. skala perilaku penyesuaian sosial yang terdiri dari 24 aitem, 2. skala kematangan emosi yang terdiri dari 24 aitem dan, 3. Skala kepercayaan diri yang terdiri dari 25 aitem. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala penyesuaian sosial, skala kematangan emosi dan skala kepercayaan diri.

Untuk menguji hipotesis tersebut kita dapat menggunakan teknik statistik analisis regresi berganda dengan 3 prediktor. Hasil penelitian menunjukkan  $R = 0,0485$  dengan  $F = 13,653$  ( $p < (0,01)$ ) berarti ada hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja dengan sumbangan efektif sebesar 23,5%. 2.  $rx1-y = 0,370$  dengan signifikan = 0.000 ( $p < (0,01)$ ) berarti ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial pada remaja dengan sumbangan efektif sebesar 11,7%. 3.  $Rx2-y=0,377$  dengan signifikan = 0.000 ( $p < (0,01)$ ) berarti ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja dengan sumbangan efektif sebesar 11,8%.

Kata kunci : Penyesuaian Sosial, Kematangan Emosi, Kepercayaan Diri.

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Mengenai *Transliterasi* Arab-Latin ini digunakan sebagai pedoman Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

### 1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	‘ (Komaterbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	‘ (Apostrof, tetap tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	H	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

### 2. Vokal

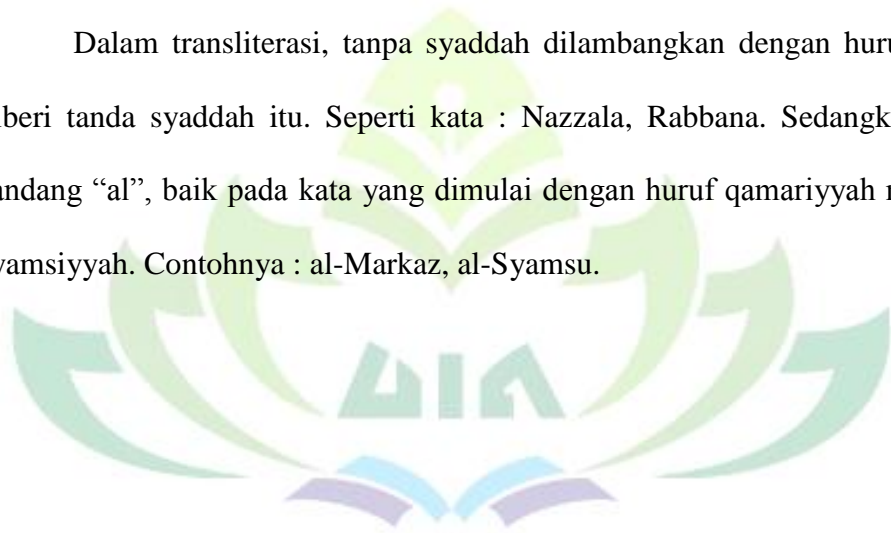
Vokal Pendek		Contoh	Vokal Panjang		Contoh	Vokal Rangkap	
ـَ	A	جَدَلْ	ا	Â	سَارَ	يْ...	Ai
ـِ	I	سَدِلْ	ي	Î	قَيْلْ	وْ...	Au
ـُ	U	ذَكِرْ	و	Û	يَجُورْ		

### **3. Ta Marbutah**

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

### **4. Syaddah dan Kata Sandang**

Dalam transliterasi, tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang “al”, baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : al-Markaz, al-Syamsu.







**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suramin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721)703260

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : Hubungan Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri  
dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja  
**Nama** : Riska Widyawati  
**NPM** : 1431080177  
**Program Studi** : Psikologi Islam  
**Fakultas** : Ushuluddin dan Studi Agama

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah  
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Dra. Alfiah Retnoriani, M.Si**  
NIP.196904061996032004

**Annisa Fitriani, S.Psi, MA**  
NIP.198901112018012001

**Mengetahui**

**Ketua Prodi Psikologi Islam**

**Drs. M. Nursalim Malay, M.Si**  
NIP.1963010119990310001



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703260

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul : **HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL**. Disusun oleh **RISKA WIDYAWATI NPM : 1431080177**. Prodi **PSIKOLOGI ISLAM**.

Fakultas : **USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**, telah dimunaqosyahkan pada hari/tanggal :

**TIM DEWAN PENGUJI**

Ketua : **Dr. Himyari Yusuf, M.Hum**

Sekretaris : **Intan Islamia, M.Sc**

Penguji Utama: **Drs. M. Nursalim Malay, M. Si**

Penguji I : **Dra. A. Retno Riani, M. Si**

Penguji II : **Annisa Fitriani, S.Psi, MA**

**DEKAN**

**Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**

**DR. H. AROFAH ROBBY KESUMA, Lc, M.Ag**

**5808231993031001**

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ( ٥ ) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ( ٦ )

“Maka sesungguhnya setiap kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(Terjemahan Q.S. Al-Insyirah ayat 5-6)

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى

“... dan tolong-menolong engkau semua atas kebaikan dan ketaqwaan...”

(Terjemahan Q.S. Al-Maidah  
ayat 2)





## HALAMAN PERSEMBAHAN

Segenap rasa syukur dan terimakasih kupersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta, Ibu Nurhidayah dan Ayah Sunarto yang terus memberikan dukungan untuk semua aspek kehidupan. Senantiasa mendoakan , menasehati dan memberikan kasih sayang yang lebih untuk setiap harinya.
2. Saudara-saudariku tercinta, Kakakku Ratih Puspa sari kakak iparku Suwardianto serta Adikku Rama Kurniawan dan Ranti Puspitasari yang terus memberi semangat dan dukungan terbaik kepadaku dan. Keponakan tercintaku berusia 5 tahun Aqila Calista Azzahra yang selalu membuat aku bahagia .

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama lengkap Riska Widyawati dilahirkan di Bandar Lampung pada tanggal 27 Januari 1997. Anak kedua dari empat bersaudara, dengan ayah yang bernama Sunarto dan ibu yang bernama Nurhidayah. Untuk pertama kali menempuh pendidikan di:

1. SD Negeri 3 Labuhan Dalam, Lulus tahun 2008
2. SMP Dharma Utama Bandar Lampung, Lulus tahun 2011
3. SMAN 13 Bandar Lampung, Lulus tahun 2014

Pada tahun 2014 terdaftar sebagai salah satu mahasiswa pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Peneliti Aktif di organisasi Purna Paskibraka Indonesia Kota Bandar Lampung sebagai Bendahara Umum.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahirabbil'alamin.* Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak secara moril maupun materil. Ucapan terima kasih setulusnya peneliti sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Mukri.,M.Ag selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung
2. Bapak Dr. H. Arsyad Sobby Kesuma, Lc. M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Suhandi, M.Ag selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan terkait perkuliahan dari semester awal sampai semester akhir.
4. Bapak Drs. M Nursalim Malay, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam sekaligus Pembimbing I dan Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA sekaligus pembimbing II selaku Sekretaris Jurusan.
5. Dra. Alfiah Retnoriani, M.Si selaku Pembimbing I yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing, memberi nasehat, doa serta kepercayaan dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Islam yang telah memberikan ilmu dan mangajarkan banyak hal yang bermanfaat, serta seluruh

karyawan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah membantu proses administrasi dalam penelitian ini.

7. Kepala Sekolah dan guru-guru SMA Negeri 13 Bandar Lampung yang telah memberi izin pada peneliti untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh siswa dan siswi SMA Negeri 13 Kota Bandar Lampung yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi menjadi subjek penelitian.
9. Sahabatku tersayang dikampus Monica Afrilla, Gabrilla Dwi Mareta, Esi Alfiani dan Ameliyah Nafli yang selalu kebersamaan sejak awal kuliah sampai pada saat ini.
10. Sahabat-sahabatku tersayang di rumah Mulyani, Wike Mardiana, S.E. Bripda Fauzia Aini, Ika Paramita dan Abang Sandy yang terus menginspirasi dan memberikan semangat.
11. Seluruh teman-teman psikologi angkatan 2014 yang telah membantu dan belajar bersama selama kuliah.

Akhir kata, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda atas kebaikan yang telah diberikan. Aamiin.

Bandar Lampung, 7 Oktober 2018

Peneliti,

**Riska Widyawati**  
**NPM. 1431080177**



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>viii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xix</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	 <b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penulisan .....	11
C. Manfaat Penulisan .....	11
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	 <b>12</b>
A. Penyesuaian Sosial .....	14
1. Pengertian Penyesuaian Sosial .....	14
2. Karakteristik Penyesuaian Sosial yang Sehat .....	15
3. Aspek-aspek Penyesuaian Sosial .....	17
4. Penyesuaian Sosial Siswa (Remaja ) dilingkungan sekolah ....	19
5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Sosial .....	20
6. Penyesuaian Sosial Pada Remaja .....	22
7. Masalah-masalah Penyesuaiaian Sosial Remaja .....	23
8. Telaah Konsep Penyesuaian Sosial dalam Kajian Keislaman..	25
B. Kematangan emosi .....	26
1. Pengertian Kematangan Emosi .....	26
2. Aspek-aspek Kematangan Emosi .....	28
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kematangan Emosi .....	29
4. Kematangan Emosi Remaja .....	31
5. Kematangan Emosi dalam Kajian Keislaman .....	31
C. Kepercayaan Diri .....	33
1. Pengertian Kepercayaan Diri .....	33
2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri .....	33
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya Kepercayaan Diri .....	37
4. Proses terbentuknya Kepercayaan Diri .....	37
5. Kepercayaan Diri dalam Kajian Keislaman .....	38
Masa Remaja .....	38
Perkembangan Masa Remaja .....	40

D. Hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri Dengan penyesuaian sosial pada remaja .....	42
E. Kerangka Berfikir .....	44
F. Hipotesis.....	46
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>46</b>
A. Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	47
1. Identifikasi variabel .....	47
2. Definisi operasional.....	47
B. Subjek Penelitian.....	48
1. Populasi .....	48
2. Sampel.....	50
C. Metode Pengumpulan Data .....	50
D. Validitas dan Reliabilitas.....	51
1. Validitas alat ukur .....	51
2. Reliabilitas alat ukur.....	51
E. Metode Analisis Data .....	52
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>53</b>
A. Orientasi Kancan dan Persiapan .....	53
1. Orientasi kancan .....	53
2. Persiapan penelitian .....	54
3. Pelaksanaan <i>try out</i> .....	57
4. Uji validitas dan reliabilitas .....	58
5. Penyusunan skala untuk penelitian .....	63
B. Pelaksanaan Penelitian.....	65
1. Penentuan subjek penelitian.....	65
2. Pelaksanaan pengumpulan data .....	66
3. Skoring.....	66
C. Analisis Data Penelitian.....	67
1. Deskripsi statistik masing-masing variabel penelitian.....	67
2. Kategorisasi skor variabel penelitian .....	68
3. Uji asumsi .....	71
4. Uji hipotesis .....	73
5. Pengujian sumbangan efektif dan sumbangan relatif variabel .....	76
D. Pembahasan .....	78
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>83</b>
A. Kesimpulan .....	83
B. Saran .....	83
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>85</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Skor pernyataan pada skala penelitian .....	38
Tabel 2.	Rancangan Skala Penyesuaian Sosial sebelum try out .....	38
Tabel 3.	Rancangan skala kematangan emosi sebelum try out .....	39
Tabel 4.	Rancangan Skala kepercayaan diri sebelum <i>Try out</i> .....	41
Tabel 5.	Aitem Skala penyesuaian sosial yang Valid dan Gugur .....	43
Tabel 6.	Aitem Skala kematangan emosi yang Valid dan Gugur .....	44
Tabel 7	Aitem skala kepercayaan diri yang Valid dan Gugur .....	44
Tabel 8.	Uji Validitas dan Reliabilitas .....	45
Tabel 9.	Sebaran Aitem skala penyesuaian sosial untuk Penelitian .....	46
Tabel 10.	Sebaran Aitem Skala Kematangan emosi untuk Penelitian .....	46
Tabel 11.	Sebaran Aitem Skala Kepercayaan Diri untuk Penelitian .....	47
Tabel 12.	Pengambilan Sampel Penelitian .....	48
Tabel 13.	Deskripsi Statistik Variabel Penelitian .....	50
Tabel 14.	Kategorisasi penyesuaian sosial .....	50
Tabel 15.	Kategorisasi Kematangan Emosi .....	51
Tabel 16.	Kategorisasi Kepercayaan Diri .....	52
Tabel 17.	Rangkuman hasil uji linieritas .....	52
Tabel 18.	Rangkuman hasil uji linieritas .....	53
Tabel 19.	Tabel <i>R-Square</i> .....	54
Tabel 20.	Tabel Anova .....	54
Tabel 21.	Tabel Koefisien Regresi .....	55
Tabel 22.	Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif .....	56

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I kisi-kisi skala penelitian

Lampiran II Skala Uji Coba Penyesuaian Sosial , Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri

Lampiran III Tabulasi Skor skala uji coba Penyesuaian Sosial, kematangan Emosi dan Kepercayaan diri

Lampiran IV Validitas dan Reliabilitas uji coba Skala Penyesuaian Sosial, kematangan Emosi dan Kepercayaan diri

Lampiran V Skala Penyesuaian Sosial, kematangan Emosi dan Kepercayaan diri untuk Penelitian

Lampiran VI Tabulasi skor setelah uji coba validitas dan reliabilitas

Lampiran VII Hasil Uji Asumsi Variabel Penelitian

Lampiran VIII Hasil Analisis Regresi Variabel Penelitian

Lampiran IX Surat Perizinan



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. LATAR BELAKANG

Masa remaja atau yang biasa disebut *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang sangat luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Menurut Piaget (dalam Hurlock, 1980), masa remaja adalah usia dimana individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada dalam tingkatan yang sama.

Penyesuaian sosial merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja. Banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri (Mu'tadin, 2002). Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikap sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal, dan perasaan menyerah. Bahaya yang lain adalah terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasannya, mundur ke tingkat perilaku yang sebelumnya, dan menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal, dan pemindahan (Hurlock, 1997).

Penyesuaian sosial sebagai salah satu aspek dari penyesuaian diri individu, yang menuju kepada kesesuaian antara kebutuhan dirinya dengan keadaan lingkungan tempat ia berada dan berinteraksi secara efektif dan efisien.

Penyesuaian sosial akan terasa menjadi penting, manakala individu dihadapkan pada kesenjangan-kesenjangan yang timbul dalam hubungan sosialnya dengan orang lain. Betapapun kesenjangan-kesenjangan itu dirasakan sebagai hal yang menghambat, akan tetapi sebagai makhluk sosial, kebutuhan individu akan pergaulan, penerimaan, dan pengakuan orang lain atas dirinya tidak dapat dielakan sehingga dalam situasi tersebut, penyesuaian sosial akan menjadi wujud kemampuan yang dapat mengurangi atau mengatasi kesenjangan-kesenjangan tersebut.

Menurut Hurlock (1978) penyesuaian sosial yang baik ditandai dengan adanya ciri-ciri melalui sikap dan tingkah laku yang nyata, dapat menyesuaikan diri dengan setiap kelompok yang dimasukinya. Penyesuaian diri yang baik seorang siswa memperhatikan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, serta dapat menerima kelemahan dan kekurangan diri sendiri atau orang lain, sedangkan penyesuaian sosial yang buruk dapat ditandai dengan adanya sifat egosentris yang berarti remaja tidak dapat bersosialisasi dengan orang lain dan siswa hanya mementingkan dirinya sendiri, cenderung menutup diri dan tidak mau membuka diri dengan orang lain untuk menjadi temannya, bahkan siswa cenderung menutup diri bagi orang lain yang ingin mencoba masuk dalam hidupnya.

Penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai kemampuan dan keberhasilan penyesuaian individu dalam berinteraksi dengan orang lain dalam situasi-situasi tertentu secara efektif dan sehat, sehingga dapat mencapai kehidupan sosial yang menyenangkan dan memuaskan. Penyesuaian sosial sebagai suatu proses

penyesuaian diri berlangsung secara berkelanjutan, dimana dalam kehidupannya seseorang akan dihadapkan pada dua realitas, yakni diri dan lingkungan di sekitarnya. Hampir sepanjang kehidupannya seseorang selalu membutuhkan orang lain untuk dapat berinteraksi satu sama lain.

Lingkungan baru menjadi salah satu aspek yang dapat melihat bagaimana seseorang dapat menyesuaikan diri dalam sosialnya. bagi beberapa orang lingkungan menjadi penyebab terjadinya kesulitan dalam menyesuaikan diri. Begitu pula halnya dengan remaja. Ia harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru disekolahnya yang baru. Dalam hal ini apabila melakukan interaksi maka harus adanya keterbukaan, rasa saling menghargai, menerima masukan atau komentar yang menyangkut dirinya, mampu membangun relasi yang baik dengan orang lain, mengembangkan persahabatan , berperan dalam kegiatan sosial serta mengikuti peraturan-peraturan yang ada didalam lingkungan sekitarnya.

Apabila prinsip-prinsip ini bisa dilakukan secara konsisten maka penyesuaian sosial dilingkungan rumah maupun luar akan tercapai sesuai dengan apa yang diharapkan. Pada kenyataannya saat ini masih ada individu yang sulit menyesuaikan lingkungan barunya. Penerimaan oleh lingkungan sosial merupakan kebutuhan yang sangat penting bagi remaja sebagai makhluk sosial. Agar dapat mencapai kebutuhan sosial tersebut remaja perlu menjalin hubungan yang harmonis dan kerjasama dengan orang lain serta menyesuaikan diri terhadap norma-norma kelompok. Hal ini sejalan dengan pendapat Setianingsih dkk (2006) yang menyatakan bahwa remaja dituntut untuk memiliki kemampuan dalam

menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungan agar keikutsertaannya selalu relevan dalam kegiatan Masyarakat yang disebut dengan penyesuaian sosial.

Kemampuan remaja dalam melakukan penyesuaian sosial berkaitan erat dengan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial remaja adalah lingkungan sekolah. Di sekolah remaja mendapatkan bekal pengetahuan dan latihan untuk menghadapi kehidupan di masyarakat. Berkaitan dengan ini, Karsidi (2005) mengemukakan bahwa dalam fungsi sosialnya, sekolah memiliki peranan yang penting dalam membantu perkembangan peserta didik menjadi makhluk sosial, yaitu makhluk yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Selain itu kematangan emosi juga mendukung remaja dalam menyesuaikan diri pada lingkungan sosialnya.

Peneliti melakukan wawancara singkat terhadap salah satu remaja berinisial R. Subjek adalah seorang siswi SMA disalah satu SMAN di Bandar Lampung, yang berumur 16 tahun. Hasil Wawancara yang telah dilakukan subjek mengidentifikasikan dirinya sebagai orang yang pemalu dalam lingkungan sosial. Sehingga rasa pemalu tersebut membuat dirinya sulit untuk mengajak berkenalan terlebih dahulu dengan orang yang baru saja ditemuinya. Subjek juga terkadang merasa tidak mudah menyesuaikan dirinya ditempat yang baru, tetapi subjek akan Berusaha untuk menyesuaikan dirinya dilingkungan baru tersebut,di lingkungan keluarga, subjek termasuk orang yang dekat dengan keluarganya. Subjek merasa nyaman berada dilingkungan keluarganya walaupun terkadang bertengkar sewaktu kecil akan tetapi subjek merasa nyaman berada dengan keluarganya. Dengan anggota keluarga baru pun subjek dapat menyesuaikan



dirinya dengan baik walaupun pada dasarnya subjek adalah seseorang yang pemalu. Karena subjek menganggap orang baru tersebut adalah keluarganya.

Subjek termasuk orang yang diam dan berbicara apabila berada dilingkungan sekolah dan ketika ada orang lain yang mengajak dirinya berbicara terlebih dahulu, atau lebih memilih bermain dengan orang yang sudah dikenal, kemudian berjalannya waktu baru mulai berbicara dengan orang lain apabila waktu sudah berjalan cukup lama dan ada keterbukaan untuk menerima dan mengajaknya berbicara.

Subjek adalah orang yang ingin berdamai dengan semua orang dan berusaha untuk tidak mempunyai musuh dalam lingkungan sekolahnya. Beberapa pertanyaan yang peneliti tanyakan yaitu tentang penyesuaian sosial di sekolahnya subjek adalah orang yang tidak mudah melakukan penyesuaian sosial, subjek bisa melakukan penyesuaian sosial tetapi tidak langsung akrab dengan teman-temannya melainkan melalui tenggang waktu yang cukup lama sama-sama saling mengerti.

Penelitian tentang Penyesuaian Sosial sebelumnya dilakukan oleh Ibnu Ardi dengan penelitian berjudul "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X Di Smk Negeri 1 Kalasan" yang dilakukan di Yogyakarta penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa di kelas X di SMK Negeri 1 Kalasan. Hasilnya Ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas X di SMKNegeri 1 Kalasan. Semakin tinggi

tingkat kepercayaan diri yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian sosial yang dilakukan oleh siswa.

Ditunjukkan dengan hasil analisis korelasi ditemukan koefisien korelasi 0,632 dengan taraf signifikansi 0,000. Dari hasil penelitian sebelumnya menguatkan asumsi penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu “Hubungan Kematangan Emosi Dan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja” bahwa kepercayaan diri seorang remaja dapat memudahkan dalam penyesuaian sosialnya.

Remaja harus mampu menyesuaikan diri dengan segala kondisi dirinya sendiri dan lingkungan sosialnya. Tetapi, tidak semua remaja selalu berhasil dalam proses penyesuaian sosial. Banyak masalah-masalah yang muncul dihadapi remaja seiring dengan proses perkembangannya yang berlangsung sepanjang hayat dari timbulnya masalah-masalah penyesuaian sosial pada remaja dan munculnya kecanggungan-kecanggungan dalam pergaulan akibat adanya perbedaan dalam perkembangan fisik, munculnya sikap penolakan diri (self rejection), akibat body imagenya tidak sesuai dengan gambaran diri yang sesungguhnya.

Timbulnya gejala-gejala emosional tertentu seperti perasaan malu karena adanya perubahan suara (laki-laki) dan peristiwa menstruasi (perempuan), munculnya perilaku-perilaku seksual yang menyimpang pada remaja yang tidak terbimbing oleh norma, maka terkadang teman-teman sebaya suka melakukan hal yang tidak pantas terhadap teman yang merasa lebih diam dan pemalu bahkan

mempunyai kekurangan fisik, mereka senang membully masing-masing dari mereka sampai timbul kejadian yang tidak diinginkan seperti berantem, saling mengejek dan membullying.

Kasus yang ada dari 2011 hingga agustus 2014, KPAI mencatat 369 pengaduan terkait masalah tersebut. Jumlah itu sekitar 25% dari total pengaduan di bidang pendidikan sebanyak 1.480 kasus. Belum lagi ditambah dengan kasus-kasus terbaru 2017. Bullying yang disebut KPAI sebagai bentuk kekerasan di sekolah, mengalahkan tawuran pelajar, diskriminasi pendidikan, ataupun aduan pungutan liar (republika, rabu 15 oktober 2014). Kasus bullying kembali menjadi sorotan publik. Tak hanya dialami oleh salah satu mahasiswa universitas swasta, kasus bullying juga dialami remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Salah satu kasus bullying yang terjadi baru-baru ini di Jakarta yaitu melalui informasi dari [viva.co.id](http://viva.co.id) Kepala Unit Reserse Kriminal Polsek Metro Tanah Abang Komisaris Polisi Mustakim menyatakan, dari hasil pelusuran polisi terhadap keberadaan video, kejadian bullying dilakukan di kawasan Tanah Abang, Jakarta Pusat yang dialami gadis remaja berinisial SB terjadi di lantai 3A di Thamrin City. Peristiwa terjadi Jumat 14 Juli 2017 sekira pukul 13.30 WIB. "Itu benar ada kejadian bullying kepada seorang remaja perempuan berinisial SB," ucap dia saat dikonfirmasi, Senin 17 Juli 2017.

Kasus bullying masih terus terjadi setiap tahunnya dan masih banyak kasus bullying lainnya yang tidak muncul ke permukaan dan tidak terpantau media

massa. Maka dari itu bullying harus di musnahkan dan penyesuaian sosial harus diajarkan sejak dini terhadap anak , karena pada saat anak mulai remaja dan mulai bersosialisasi terhadap teman-teman dan lingkungan sekolahnya ia mampu menyesuaikan diri dengan baik. Sehingga hubungan baik dengan teman bisa berjalan dengan semestinya.

Widyasari (2008) mengemukakan bahwa untuk dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik, maka kematangan emosi mempunyai peranan yang sangat penting. Siswa yang matang secara emosional lebih dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Mengajarkan keterampilan emosional dan sosial pada siswa dapat membentuk kematangan emosional yang selanjutnya memudahkan siswa dalam melakukan penyesuaian sosial. Hurlock (1980) juga menjelaskan bahwa tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan, namun sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru.

Yusuf (2011) mengungkapkan kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya dan orang lain, selain itu mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif. Sejalan dengan bertambahnya kematangan emosi seseorang maka akan berkuranglah emosi negatif. Bentuk-bentuk emosi positif seperti rasa sayang, suka, dan cinta akan berkembang jadi lebih baik.

Perkembangan bentuk emosi yang positif tersebut memungkinkan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan menerima dan membagikan



kasih sayang untuk diri sendiri maupun orang lain. Untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Adapun caranya adalah membicarakan berbagai masalah pribadinya dengan orang lain ataupun teman sebayanya (Hurlock, 1980). Aspek lain dari kepercayaan diri juga dapat mempengaruhi penyesuaian sosial pada remaja. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang diharapkan (Bandura, 1997).

Lauster (dalam Siska dkk, 2003) mengungkapkan ciri-ciri orang percaya diri adalah mandiri, tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, ambisius, optimis, tidak pemalu, yakin dengan pendapatnya sendiri dan tidak berlebihan. Rasa percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan melainkan diperoleh dari pergaulan hidup, serta dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan. Sehingga upaya-upaya tertentu dapat dilakukan guna membentuk dan meningkatkan rasa percaya diri, dengan demikian kepercayaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar dalam interaksi seseorang dengan lingkungannya sehingga rasa percaya diri pada individu membuat seseorang memiliki keyakinan untuk tetap mampu menghadapi setiap permasalahan dalam diri dan kehidupannya.

Kepercayaan diri kemungkinan timbul berbagai hambatan dalam hidup menjadi sesuatu yang tidak dapat di pungkiri lagi karena dari tingkat kepercayaan diri yang dimiliki seseorang dapat diprediksikan tentang kesuksesan dan keberhasilan hidup seseorang (Rohmiati & Idrus, 2008). Individu yang percaya

diri biasanya selalu bersikap optimis dan yakin akan kemampuannya dalam melakukan sesuatu. Namun sebaliknya, seseorang yang rasa percaya dirinya rendah akan mengalami hambatan-hambatan dalam hidupnya, baik dalam berinteraksi dengan individu lain maupun dalam pekerjaan.

Hal serupa juga dikemukakan oleh Lie (2003) bahwa seseorang yang percaya diri dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangan dengan baik, merasa berharga, mempunyai keberanian, dan kemampuan untuk meningkatkan prestasinya, mempertimbangkan berbagai pilihan, serta membuat keputusan sendiri.

Orang yang percaya diri akan mampu menghargai orang lain karena ia percaya bahwa orang lain juga mempunyai kemampuan seperti dirinya sendiri. Selain itu individu tersebut tidak akan mudah menyalahkan orang lain karena ia percaya bahwa setiap orang mempunyai nilai yang positif yang dapat dikembangkan. Dengan demikian individu akan lebih mudah membina hubungan dengan orang lain serta selalu percaya bahwa orang lain pun akan dapat di ajak untuk mengembangkan dirinya (dalam Adi,2002).

Hal ini didukung oleh Goodstadt dan Kipnir dalam Bunker, dkk (1978) yang mengungkapkan bahwa meskipun kepercayaan diri diindentikan dengan kemandirian, orang yang percaya diri akan lebih mudah terlibat secara pribadi dengan orang lain dan berhasil dalam hubungan interpersonal. Dari latar belakang tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul Hubungan kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial.

## **B. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui hubungan antara Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis:**

- a. Dapat menambah wawasan di bidang ilmu psikologi mengenai hubungan kematangan emosi dan kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial. terutama pada remaja dan mahasiswa psikologi.
- b. Dapat dijadikan bahan referensi, sumbangan pemikiran dan bahan kajian dalam penelitian kematangan emosi dan kepercayaan diri pada remaja.

### **2. Manfaat praktis:**

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan bagi para orangtua dan pendidik dalam upaya penyesuaian sosial sejak dini.
- b. Sebagai implikasi lebih lanjut dalam memberikan informasi guna menciptakan peningkatan kemampuan dan pemahaman mengenai pentingnya kematangan emosi dan kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial remaja.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Masa Remaja

##### 1. Pengertian Remaja

Pengertian remaja berasal dari kata latin **adolensence** yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah adolensence mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik (Hurlock, 1992). Pada masa ini sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua. [Masa remaja](#) merupakan masa peralihan antara masa kanak – kanak dan masa dewasa, yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual yaitu antara usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 20 tahun yaitu menjelang masa dewasa muda (Soetjiningsih 2004).

Fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, yaitu diawali dengan matangnya organ – organ fisik (seksual) sehingga mampu bereproduksi (Syamsu Yusuf. 2004). Masa remaja adalah masa peralihan dari anak – anak menuju dewasa yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, Elizabeth B. 1999). Hal senada diungkapkan oleh Santrock (2003) bahwa **adolescence** diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional.

## 2. Tahap – tahap masa remaja

Masa remaja digolongkan menjadi 3 tahap yaitu :

### a. Masa pra remaja : 12 – 14 tahun

Yaitu periode sekitar kurang lebih 2 tahun sebelum terjadinya pemasakan seksual yang sesungguhnya tetapi sudah terjadi perkembangan fisiologi yang berhubungan dengan pemasakan beberapa kelenjar endokrin.

### b. Masa remaja awal : 14 – 17 tahun

Yaitu periode dalam rentang perkembangan dimana terjadi kematangan alat – alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi.

### c. Masa remaja akhir : 17 – 21 tahun

Berarti tumbuh menjadi dewasa yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, Elizabeth B. 1999 ).

## 3. Tugas perkembangan masa remaja

Memperoleh sejumlah norma – norma dan nilai – nilai, Belajar memiliki peran sosial sesuai dengan jenis kelamin masing – masing, Menerima kenyataan jasmaniah serta dapat menggunakannya secara efektif dan merasa puas terhadap keadaan tersebut, Mencapai kebebasan dari kebergantungan terhadap orang tua dan orang dewasa lainnya. Mencapai kebebasan ekonomi, Mempersiapkan diri untuk menentukan suatu pekerjaan yang sesuai dengan bakat dan kesanggupannya, Memperoleh informasi tentang perkawinan dan mempersiapkannya, Mengembangkan kecakapan intelektual dan konsep – konsep

tentang kehidupan bermasyarakat dan Memiliki konsep – konsep tentang tingkah laku sosial yang perlu untuk kehidupan bermasyarakat (Sofyan S. Willis. 2005).

## **B. Penyesuaian Sosial**

### **1. Pengertian Penyesuaian Sosial**

Schneiders (1964) mendefinisikan *penyesuaian sosial* sebagai "the capacity to react effectively and wholesomely to social realities, situation, and relation". *Penyesuaian sosial* menandakan kemampuan atau kapasitas yang dimiliki individu untuk bereaksi secara efektif dan wajar pada realitas sosial, situasi, dan relasi sosial. Lebih jelasnya, Schneiders (1964) Penyesuaian sosial menandakan kemampuan atau kapasitas yang dimiliki individu untuk bereaksi secara efektif dan wajar pada realitas sosial, situasi, dan relasi sosial dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan sesuai ketentuan dalam kehidupan sosial.

Menurut Hurlock (1978), Penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik terhadap teman maupun terhadap orang yang tidak dikenal sehingga sikap orang terhadap mereka menyenangkan. Sikap sosial yang menyenangkan misalnya bersedia membantu orang lain meskipun mereka sendiri mengalami kesulitan.

Selain itu, penyesuaian didefinisikan juga sebagai proses yang mencakup respon mental dan perilaku di dalam mengatasi tuntutan sosial yang membebani



dirinya dan dialami dalam relasinya dengan lingkungan sosial (Schneiders, 1964 ). Selanjutnya, Callhoun dan Accocella (Fauziah 2004) mendefinisikan bahwa penyesuaian sosial sebagai interaksi yang kontinyu dengan diri sendiri, orang lain, dan dunia atau lingkungan sekitar. Sedangkan menurut Mu'tadin (2002), penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan. Berdasarkan beberapa definisi penyesuaian sosial di atas, dapat dipahami bahwa yang dimaksud penyesuaian sosial adalah kemampuan individu dalam mereaksi tuntutan-tuntutan sosial secara tepat dan wajar. Schneiders (1964) membagi penyesuaian sosial menjadi tiga bentuk, diantaranya sebagai berikut: Penyesuaian sosial di lingkungan rumah dan keluarga, Penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan Penyesuaian sosial di lingkungan masyarakat.

## **2. Karakteristik Penyesuaian Sosial yang Sehat**

Scheneiders (1964) mengemukakan beberapa kriteria penyesuaian yang tergolong baik (good adjusment) ditandai dengan Pengetahuan dan tilikan terhadap diri sendiri dan orang lain, Obyektivitas dan penerimaan sosial, Pengendalian diri dan perkembangan diri, Tujuan dan arah yang jelas, Perspektif, skala nilai dan filsafat hidup memadai, Rasa humor Rasa tanggung jawab sosial, Kecakapan bekerja sama dan menaruh minat kepada orang lain, Memiliki minat yang besar dalam bekerja dan bermain, Perkembangan kebiasaan yang baik, Adaptabilitas, kepuasan dalam bekerja dan bermain, dan orientasi yang menandai terhadap realitas sosial.

Syamsu Yusuf (2000) menyatakan penyesuaian yang sehat sebagai berikut: Mampu menilai diri secara realistik, yaitu mampu menilai diri sebagaimana adanya, baik kelebihan maupun kelemahan. Mampu menilai situasi secara realistik, yaitu mampu menghadapi situasi atau kondisi kehidupan secara realistik dan mampu menerimanya secara wajar. Mampu menilai prestasi yang diperoleh secara realistik, yaitu beraksi secara rasional. Menerima tanggung jawab, yaitu memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk mengatasi masalah-masalah kehidupan yang dihadapi.

Memiliki filsafat hidup, yaitu mengarahkan hidupnya berdasarkan filsafat hidup yang berakar dari keyakinan agama dan Berbahagia. Sejalan dengan pendapat Syamsu Yusuf, Schneiders (1964) mengemukakan ciri penyesuaian sosial yang baik sebagai berikut: Memiliki pengendalian diri yang tinggi dalam menghadapi situasi atau persoalan, dengan kata lain tidak menunjukkan ketegangan emosi yang berlebihan.

Ketidakmampuan menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial terlihat dari ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan lingkungan sosial serta memiliki sikap-sikap yang menolak realitas dan lingkungan sosial. Siswa yang mengalami perasaan ini merasa terasing dari lingkungannya, akibatnya ia tidak mengalami kebahagiaan dalam berinteraksi dengan teman-teman sebaya atau keluarganya. Ketidakbahagiaan siswa kadang-kadang lebih karena masalah-masalah pribadi daripada masalah-masalah lingkungan, namun memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan sosialnya, dalam hal ini penyesuaian sosial.

Memiliki perasaan rendah diri, tidak mau menerima kondisi fisik, tidak memahami kekurangan dan kelebihan diri sendiri, maka ini pun dapat mengakibatkan remaja menolak diri, sehingga proses interaksi sosialnya pun akan terhambat. Jika siswa realistis tentang segala kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki, dan merasa bahagia pada orang-orang yang menerima mereka serta mampu mencurahkan perhatian dan kasih peneliting pada orang-orang tersebut, kemungkinan untuk merasa bahagia akan meningkat.

### **3. Aspek Penyesuaian Sosial**

Menurut Hurlock (1978), menyebutkan ada 4 aspek penyesuaian sosial yaitu:

#### **a. Penampilan Nyata.**

Perilaku sosial individu sesuai dengan standar kelompok atau memenuhi harapan kelompok maka individu akan diterima sebagai anggota kelompok. Bentuk dari penampilan nyata ini adalah aktualisasi diri, keterampilan menjalin hubungan antar manusia, dan kesediaan untuk terbuka pada orang lain. Kemampuan menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif sesuai dengan pertimbangan- pertimbangan rasional dan perasaan. Kemampuan bertindak sesuai dengan potensi dan kemampuan yang ada pada dirinya serta kenyataan objektif di luar dirinya.

#### **b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok.**

Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Bentuk dari penyesuaian diri adalah kerjasama dengan kelompok tanggung jawab

dan setia kawan. Individu mempunyai sikap hormat pada sesama manusia dan mampu bertindak toleran, selalu menunjukkan perilaku hormat sesuai dengan harkat dan martabat manusia, serta dapat mengerti dan menerima keadaan orang lain. Individu yang mempunyai kesanggupan untuk bertindak secara terbuka dan sanggup menerima kritik, serta tindakannya dapat bersifat murni sehingga sanggup memperbaiki tindakan-tindakan yang tidak sesuai lagi dengan berbagai kelompok sosial.

c. Sikap sosial.

Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial serta terhadap perannya dalam kelompok maka individu akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap ini adalah ikut dalam kegiatan sosial dalam masyarakat, empati, dan ringan tangan. Individu yang mampu dalam menyesuaikan diri maka dapat bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif yang layak dikembangkan sehingga dapat diterima dan diterima lingkungan, tidak disingkirkan oleh lingkungan maupun menentang dinamika lingkungan. Dapat bertindak sesuai norma yang dianut oleh lingkungannya, serta selaras dengan hak dan kewajibannya.

d. Kepuasan pribadi

Individu harus merasa puas dengan kontak sosial dan perannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kehidupan bermakna dan terarah, keterampilan, dan percaya diri. Kemanapun dia pergi maka akan

bertindak dinamis, luwes dan tidak kaku sehingga menimbulkan rasa aman, tidak dihantui oleh kecemasan dan ketakutan. Individu yang mempunyai kepuasan pribadi secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu di luar dirinya, sehingga tidak pernah merasa terasing dan kesepian.

#### **4. Penyesuaian Sosial Siswa ( Remaja ) di Lingkungan Sekolah**

Penyesuaian sosial siswa di sekolah diartikan sebagai kemampuan siswa mereaksi secara tepat realitas sosial, situasi, dan relasi sosial, sehingga mampu berinteraksi secara wajar dan sehat, serta dapat memberikan kepuasan bagi dirinya dan lingkungannya (Schneiders, 1964). Sekolah merupakan miniatur sosial bagi siswa, maka sekolah memiliki kewajiban dan tanggung jawab untuk membentuk suatu lingkungan sosial yang konstruktif dan kondusif bagi siswa, sehingga sekolah mampu mengantisipasi penyimpangan sosial-psikologis siswa.

Di sekolah siswa tidak hanya mengalami perkembangan fisik dan intelektualnya saja, tetapi juga membutuhkan lingkungan yang kondusif untuk bersosialisasi agar mencapai kematangan sosial dalam mempersiapkan dirinya menjadi orang dewasa yang memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang memadai. Yusuf (2007) mengungkapkan bahwa sekolah sebagai salah satu lingkungan sosial tempat individu berinteraksi, harus mampu menciptakan dan memberikan suasana psikologis yang dapat mencapai perkembangan sosial secara matang, dalam arti dia memiliki kemampuan penyesuaian sosial (social adjustment) yang tepat. Tuntutan dan realitas kehidupan sosial di sekolah akan

direaksi secara berbeda-beda oleh masing-masing siswa, tergantung kemampuan penyesuaian sosial yang dimilikinya.

Schneiders (1964) mengemukakan bahwa penyesuaian sosial yang dituntut dalam kehidupan sekolah, dengan tidak mempertimbangkan kebutuhan akademik, tidak jauh berbeda dengan penyesuaian sosial di lingkungan rumah dan keluarga, walaupun setiap individu akan bereaksi secara berbeda terhadap keduanya. Selain itu, Schneiders (1964) telah menyusun tuntutan lingkungan atau perilaku yang diharapkan dan yang berkaitan dengan realitas, situasi, dan relasi sosial, serta dihadapi oleh siswa di lingkungan sekolah, yang meliputi aspek-aspek dan indikator-indikator berikut:

### **5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial**

Kemampuan penyesuaian diri dan sosial setiap individu berbeda-beda, adapun yang membedakan hal tersebut dapat dikarenakan faktor-faktor berikut ini (Schneiders, 1964):

#### **a. Kondisi Fisik**

Meliputi faktor keturunan (hereditas), kesehatan fisik, dan sistem fisiologis tubuh. Individu yang berada dalam kondisi yang baik akan lebih mudah melakukan penyesuaian dibandingkan dengan individu yang sedang sakit, mengalami atau memiliki cacat tubuh, kelemahan fisik, dan kekurangan-kekurangan lainnya. Individu yang memiliki kekurangan yang berkaitan dengan fisik dapat mengalami perasaan-perasaan yang tidak adekuat, tertutup (inferiority), atau justru perhatian yang berlebihan terhadap fisiknya. Hal-hal



tersebut seringkali menjadi penghambat dalam melakukan penyesuaian diri maupun penyesuaian sosial.

#### b. Perkembangan dan Kematangan

Meliputi faktor kematangan intelektual, sosial, moral, dan kematangan emosional. Individu yang lebih matang secara emosional akan lebih mudah melakukan penyesuaian dibandingkan dengan individu yang kurang matang, karena ia mampu mengendalikan diri dan bereaksi lebih tepat dan sesuai situasi yang dihadapi.

#### c. Faktor Psikologis

Meliputi pengalaman, proses belajar, pengkondisian, self-determination, frustrasi, dan konflik. Selain itu, pengalaman pada individu yang menjadikan proses belajar dapat mempengaruhi penyesuaian individu tersebut. Individu menjadi tahu dan merasakan apa yang telah dialami dan dijadikan pembelajaran agar dapat melakukan penyesuaian diri maupun sosial yang tepat.

#### d. Kondisi Lingkungan

Meliputi kondisi rumah, keluarga, dan sekolah. Pengaruh lingkungan rumah dan keluarga sangat penting karena keluarga merupakan lingkungan sosial pertama dan utama untuk individu. Posisi dalam keluarga, jumlah anggota keluarga, peran dalam keluarga, dan relasi dengan anggota keluarga lain akan mempengaruhi kebiasaan, sikap, dan pola perilaku individu. Begitupun halnya

dengan sekolah yang juga memberikan pengaruh yang kuat pada kehidupan intelektual, sosial, dan moral individu.

#### e. Faktor Budaya

Meliputi juga ada istiadat dan agama yang turut mempengaruhi penyesuaian diri dan sosial seseorang. Karakteristik budaya yang diturunkan kepada individu melalui keluarga, sekolah, dan lingkungan masyarakat turut mempengaruhi pola perilaku individu yang bersangkutan.

### **6. Penyesuaian Sosial Pada Remaja**

Hurlock (1999) menerangkan bahwa salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan orang lain diluar lingkungan keluarga. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Yang terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan pengaruh kelompok teman sebaya agar dapat diterima dilingkungan.

Schneiders (1964) mengemukakan batasan penyesuaian sosial sebagai usaha individu dengan kemampuan kapasitas yang dimilikinya untuk bereaksi secara efektif dan memadai terhadap realitas sosial adapun tujuan dari usaha tersebut adalah untuk memenuhi tuntutan sosial dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan bagi dirinya maupun bagi lingkungannya.

Penyesuaian sosial dapat dikatakan baik apabila individu tersebut mampu menciptakan relasi yang sehat dengan orang lain, memperhatikan kesejahteraan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial

serta menghargai nilai-nilai yang berlaku dimasyarakat. Sedangkan penyesuaian yang buruk dapat terlihat dari tidak mampunya seseorang memenuhi tuntutan sosial dengan cara yang tidak dapat diterima dan tidak memuaskan bagi dirinya sendiri.

### **7. Masalah-Masalah Penyesuaian Sosial Remaja**

Mappiare (1982) mengemukakan hal-hal penting dalam perkembangan pribadi, sosial dan moral remaja yaitu sebagai berikut. Pertama masa remaja merupakan masa yang kritis bagi pembentukan kepribadiannya. Kritis, disebabkan karena sikap, kebiasaan dan pola perlakuan sedang dimapankan, dan ada atau tidak adanya kemapanan itu menjadi penentu apakah remaja yang bersangkutan dapat menjadi dewasa dalam artian memiliki keutuhan atau tidak. Kedua; penerimaan dan penghargaan secara baik orang-orang sekitar terhadap diri remaja, mendasari adanya pribadi yang sehat, citra diri positif dan adanya rasa percaya diri remaja.

Pribadi sehat, citra diri positif dan rasa percaya diri yang mantap bagi remaja menimbulkan pandangan (persepsi) positif terhadap masyarakatnya, sehingga remaja lebih berpartisipasi dalam kehidupan sosial. Ketiga; kemampuan mengenal diri sendiri disertai dengan adanya usaha memperoleh citra diri yang stabil, mencegah timbulnya tingkah laku yang over kompensasi ataupun proyeksi, sekaligus dapat menanamkan moral positif dalam diri remaja.

Siswa harus mampu menyesuaikan diri dengan segala kondisi dirinya sendiri dan lingkungan sosialnya. Tetapi, tidak semua siswa selalu berhasil dalam proses penyesuaian sosial. Banyak masalah-masalah yang muncul dihadapi siswa

seiring dengan proses perkembangannya yang berlangsung sepanjang hayat. Abin Syamsuddin (2000) mengemukakan mengenai masalah-masalah yang dihadapi remaja berkaitan dengan segala aspek perkembangannya yaitu sebagai berikut.

Munculnya kecanggungan-kecanggungan dalam pergaulan akibat adanya perbedaan dalam perkembangan fisik; munculnya sikap penolakan diri (self rejection) akibat body imagenya tidak sesuai dengan gambaran diri yang sesungguhnya; timbulnya gejala-gejala emosional tertentu seperti perasaan malu karena adanya perubahan suara (laki-laki) dan peristiwa menstruasi (perempuan); munculnya perilaku-prilaku seksual yang menyimpang pada remaja yang tidak terbimbing oleh norma.

Munculnya sikap negatif terhadap pelajaran dan guru bahasa asing tertentu pada remaja yang mengalami kesulitan dan kelemahan dalam mempelajari bahasa asing; timbulnya masalah underachiever (remaja yang memiliki prestasi di bawah kapasitasnya) atau inferiority complex (rasa rendah diri) pada remaja yang tidak pernah tuntas. Timbulnya masalah juvenile delinquency ketika keterikatan hidup dalam gang (peers group) tidak terbimbing; tidak senang di rumah bahkan minggat ketika terjadi konflik dengan orang tua. Mudah sekali digerakkan untuk melakukan kegiatan destruktif yang spontan untuk melampiaskan ketegangan emosionalnya; ketidakmampuan menegakkan kata hatinya membawa akibat sukar menemukan identitas pribadinya.

## 8. Telaah konsep penyesuaian sosial dalam kajian keIslaman.

a. Telaah Konsep Penyesuaian Sosial Dalam Perspektif Psikologi Menurut Hurlock, penyesuaian sosial diartikan sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap kelompoknya pada khususnya. Yang meliputi aspek berpenampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok, sikap sosial, dan kepuasan pribadi.

b. Telaah Konsep Penyesuaian Sosial Menurut Al- qur'an.

Seseorang yang melakukan penyesuaian sosial berarti dia menjalin persaudaraan dan persahabatan dengan orang yang ada di sekitarnya Allah swt mencipta kan manusia dengan berbagai perbedaan untuk saling mengenal seperti yang telah disebutkan dalam firmanNya yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۚ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya :

Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan berbangsa bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu disisi Allah ialah orang yang paling bertaqwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal. (AlHujarat: 13)

Dalam ayat ini disebutkan bahwa manusia diciptakan dengan berbagai perbedaan akan tetapi perbedaan itu bukan untuk dipermasalahkan atau dijadikan masalah oleh setiap manusia, akan tetapi mengenal dan menjalin persaudaraan.

Dalam ayat lain Allah swt juga menyebutkan bahwa manusia diciptakan di dunia ini untuk rukun tanpa mengolok-olok orang lain dan manusia dianjurkan untuk melakukan penyesuaian sosial yang baik dalam lingkungan dengan selalu menjaga dari penyakit orang-orang yang ada di sekitarnya (Al-hujarat:11).

### **C. Kematangan Emosi**

#### **1. Pengertian Kematangan Emosi**

Schneiders (1964) mengemukakan bahwa individu disebut matang emosinya jika potensi yang dikembangkan dapat ditempatkan dalam suatu kondisi pertumbuhan, dimana tuntutan yang nyata dari kehidupan individu dewasa dapat dihadapi dengan cara yang efektif dan positif. Hal itu berarti tuntutan kehidupan individu dewasa akan dihadapi dengan sikap yang tidak menunjukkan pola emosional kekanak-kanakan, akan tetapi terus diupayakan cara-cara penyelesaian dewasa yang tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya.

Kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya. Ditambahkan oleh MarchamN (dalam Kusumawana, 2009), bahwa seseorang yang mempunyai ciri emosi yang sudah matang tidak cepat terpengaruh oleh rangsangan stimulus, baik dari dalam maupun luar. Emosi yang sudah matang akan selalu belajar menerima kritik, mampu menanggukhan respon-responnya, dan memiliki saluran sosial bagi energi emosinya, misalnya bermain, melaksanakan hobinya, dan sebagainya.



Sartre (2002) mengatakan bahwa kematangan emosi adalah keadaan seseorang yang cepat terganggu rangsang yang bersifat emosionalnya, baik dari dalam maupun luar dirinya. Selain itu dengan kematangan emosi maka individu dapat bertindak dengan tepat dan wajar sesuai dengan situasi dan kondisi. Selanjutnya Walgito (2004) menjelaskan bahwa kematangan emosi dan pikiran saling terkait satu dengan yang lainnya. Apabila seseorang telah matang emosinya, maka ia dianggap telah dapat mengendalikan emosinya, maka individu akan dapat berfikir secara matang berfikir secara baik, dan berfikir secara obyektif.

Menurut Cole (1983) dalam Nyul (2008) emosi yang matang memiliki sejumlah kemampuan utama yang harus dipenuhi yaitu : kemampuan untuk mengungkapkan dan menerima emosi, menunjukkan kesetiaan, menghargai orang lain secara realitas, menilai harapan dan inspirasi, menunjukkan rasa empati terhadap orang lain, mengurangi pertimbangan-pertimbangan yang bersifat emosional, serta toleransi dan menghormati orang lain (Sumitro 2012).

Kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosinya, apabila matang emosinya maka ia mampu mengontrol emosinya dengan baik dalam menempatkan situasi dan mengontrol dirinya dalam bertindak. kematangan emosi itu adalah suatu kondisi emosional dimana tingkat kedewasaan individu yang terkendali, tidak kekanak-kanakan, amarah yang meluap-luap, dan mampu mengungkapkan emosi sesuai kondisi yang ada yang mana individu dapat menilai situasi secara kritis sebelum bereaksi secara emosional dan peduli terhadap perasaan orang lain.

Kematangan emosi mejadi suatu pengontrol perilaku sesorang dalam bertindak dan membantu seseorang dalam menyesuaikan diri dengan oranglain. Emosi besar pengaruhnya.Emosi mempengaruhi cara berpikir dan bertindak. Emosi bisa memotivasi untuk melakukan yang baik maupun yang buruk. Emosi bersifat fisik dan berdasarkan insting manusia. Seorang manusia bisa mengenali emosi seperti amarah, kesedihan, kebahagiaan, dan lain – lain karena dia juga dapat merespon sesuatu hal dengan cara yang sama. Emosi membantu manusia untuk merespon keadaan lingkungan secara biokimia, termasuk respon pada penghargaan dan ancaman. Maka dari itu adanya kematangan emosi diharapkan dapat merespon suatu kondisi emosi dengan baik.

## **2. Aspek – aspek Kematangan Emosi**

Selain itu Hurlock (2003) juga mengungkapkan beberapa karakteristik kematangan emosi remaja, yaitu :

### **a. Kontrol emosi**

Individu dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

### **b. Penggunaan fungsi kritis mental**

Petunjuk kematangan emosi salah satunya bahwa individu mampu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional dan tidak

lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti seperti anak – anak atau orang yang tidak matang. Ketika ada rangsangan atau stimulus yang menyebabkan emosi maka individu yang matang emosinya dapat berpikir dahulu sebelum memberikan tanggapan.

#### c. Pemahaman diri

Individu yang emosinya matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi ke suasana hati yang lain seperti dalam periode sebelumnya. Individu dikatakan memahami diri apabila mampu mengenali emosi yang ada pada dirinya.

Berdasarkan pendapat yang telah dijelaskan sebelumnya maka peneliti menggunakan karakteristik kematangan emosi menurut Hurlock yaitu kontrol emosi, penggunaan fungsi kritis mental, dan pemahaman diri. Selanjutnya karakteristik menurut Hurlock ini akan dijadikan acuan oleh peneliti untuk membuat aspek kematangan emosi karena teori tersebut dianggap peneliti relevan dengan penelitian yang akan dilakukan.

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kematangan Emosi

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan kematangan emosi seseorang (Astuti, 2000, Faktor-faktor yang mempengaruhi Kematangan Emosi, para. 1), antara lain:

#### a. Pola asuh orang tua

Keluarga merupakan lembaga pertama dan utama dalam kehidupan anak, tempat belajar dan menyatakan dirinya sebagai makhluk sosial, karena keluarga

merupakan kelompok sosial yang pertama tempat anak dapat berinteraksi. Dari pengalaman berinteraksi dalam keluarga ini akan menentukan pula pola perilaku anak.

b. Pengalaman traumatik.

Kejadian-kejadian traumatis masa lalu dapat mempengaruhi perkembangan emosi seseorang. Kejadian-kejadian traumatis dapat bersumber dari lingkungan keluarga ataupun lingkungan di luar keluarga.

c. Temperamen

Temperamen dapat didefinisikan sebagai suasana hati yang mencirikan kehidupan emosional seseorang. Pada tahap tertentu masing-masing individu memiliki kisaran emosi sendiri-sendiri, dimana temperamen merupakan bawaan sejak lahir, dan merupakan bagian dari genetik yang mempunyai kekuatan hebat dalam rentang kehidupan manusia.

d. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin memiliki pengaruh yang berkaitan dengan adanya perbedaan hormonal antara laki-laki dan perempuan, peran jenis maupun tuntutan sosial yang berpengaruh terhadap adanya perbedaan karakteristik emosi diantara keduanya.

e. Usia

Perkembangan kematangan emosi yang dimiliki seseorang sejalan dengan pertambahan usia, hal ini dikarenakan kematangan emosi dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisiologis seseorang.

#### 4. Kematangan Emosi Remaja

Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi jika individu dapat mengerti situasi tanpa harus diberikan arahan oleh orang lain serta mengerti kewajiban dan tanggungjawabnya (Chaube, 2002). Selain itu, Hurlock (2004) juga menambahkan remaja mencapai kematangan emosi jika pada akhir masa remajanya tidak sembarangan dalam meluapkan emosinya dihadapan orang lain, tetapi menempatkannya secara tepat dan dengan cara-cara yang dapat diterima oleh orang lain. Chaplin (2005) mendefinisikan kematangan emosi sebagai kondisi atau keadaan dalam mencapai tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosional seseorang. Kematangan emosi juga dapat ditunjukkan dengan kemampuan remaja untuk menilai suatu situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional dan memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu suasana hati ke suasana hati yang lain.

#### 5. Kematangan emosi dalam kajian keislaman

Demikian pula Rasulullah mengingatkan umatnya bahwa parameter kekuatan terletak pada kemampuan mengendalikan emosi marah sebab emosi marah dipengaruhi oleh dorongan hawa nafsu tak terkendali.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: لَيْسَ السَّيِّدُ بِاللَّصْرِ عَ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَيْبِ

“ Dari Abu Hurairah ra. dari Rasulullah SAW bersabda: Orang yang kuat itu bukan orang kuat berkelahi tetapi orang yang kuat itu ialah orang yang dapat menguasai nafsunya di saat dalam kondisi marah “.

Emosi marah sangat mempengaruhi fisik yang dapat mengakibatkan perubahan perangai, tegang, dan stress. Orang yang sedang marah akan melakukan perlawanan baik dengan perbuatan, lisan, dan tulisan. Meredam emosi marah dapat dilakukan dengan relaksasi tubuh dengan melepaskan ketegangan. Rasulullah SAW memberikan solusi untuk meredam emosi marah.

1. .Membaca اعوذ بالله من الشيطان الرجيم

“ Dari Sulaiman bin shurra ra, ia berkata: Aku pernah duduk bersama Rasulullah SAW, tiba-tiba ada dua orang laki-laki yang sedang memaki yang seorang wajahnya merah dan urat lehernya tegang (merah) kemudian Rasulullah SAW bersabda: “ Aku mengetahui satu kalimat yang kalau Kalimat itu diucapkan tentu akan hilang apa yang sedang menggangukannya( kemarahan ), yaitu bacalah : A’uudzubillaahi minasyaithanir rajiim (aku berlindung kepada Allah dari godaan syetan yang terkutuk ) “.

2. Mengatur posisi tubuh

Jika salah seorang diantara kalian marah, dan saat itu ia dalam keadaan berdiri, maka duduklah, karena hal itu akan menghilangkan amarahnya jika belum juga rela maka berbaringlah”

3. Berwudlu

Sungguh marah adalah setan. Dan sungguh, setan diciptakan dari api. Api hanya dapat dipadamkan dengan air. Maka jika salah seorang dari kalian marahwudhulah”

Solusi yang disebutkan dalam beberapa hadits ini, mengandung



makna filosofi bagi dunia pendidikan terutama dalam proses pembelajaran. Ketenangan, gerak-gerakan fisik, kebersihan jiwa akan memudahkan transformasi kognitif, afektif, dan psikomotorik.

#### **D. Kepercayaan Diri**

##### **1. Pengertian Kepercayaan Diri.**

Ada berbagai pendapat dari beberapa ahli tentang pengertian kepercayaan diri, yaitu sebagai berikut:

Menurut ahli Psikologi Sigmund Freud, kepercayaan diri adalah sesuatu tingkatan rasa sugesti tertentu yang berkembang dalam diri seseorang sehingga merasa yakin dalam berbuat sesuatu. Menurut Lauster (2002) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira.

Sedangkan menurut Lauster (Asmadi Alsa, 2006) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan

tanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri (Self confidence) merupakan adanya sikap individu yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertindak laku sesuai dengan yang diharapkannya sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab terhadap tindakannya dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Orang yang memiliki kepercayaan diri mempunyai ciri-ciri: toleransi, tidak memerlukan dukungan orang lain dalam setiap mengambil keputusan atau mengerjakan tugas, selalu bersikap optimis dan dinamis, serta memiliki dorongan prestasi yang kuat.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya. Semua orang sebenarnya punya masalah dengan istilah yang satu ini. Ada orang yang merasa telah kehilangan rasa kepercayaan diri di hampir keseluruhan wilayah hidupnya. Mungkin terkait dengan soal krisis diri, depresi, hilang kendali, merasa tak berdaya menatap sisi cerah masa depan, dan lain-lain. Ada juga orang yang merasa belum pede/percaya diri dengan apa yang dilakukannya atau dengan apa yang ditekuninya. Kepercayaan diri termasuk

kedalam aset atau investasi penting dalam diri untuk bisa melakukan kehidupan sehari-hari dengan baik meskipun anda tidak dalam lingkungan sosial yang baik.

Kepercayaan diri mampu membuat anda menjadi orang yang bisa menghadapi suatu kondisi atau suatu keadaan tertentu. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya. Kepercayaan diri bisa dikatakan sebagai sikap yang positif, dimana seorang individu mampu atau memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan ataupun situasi yang telah dihadapinya. Hal ini bukan berarti seorang individu itu bisa melakukan segala macamnya sendiri. Kepercayaan diri yang terlalu tinggi akan menyebabkan adanya degradasi sifat yang sesungguhnya atau yang ada dalam dirinya tanpa melihat baik dan buruk sifat tersebut. Maka dari itu sebaiknya kepercayaan diri harus tetap terkontrol dan digunakan dengan semestinya untuk membantu kita menghadapi lingkungan.

## **2. Aspek – Aspek Kepercayaan Diri**

Menurut Peter Lauster ( 1997 ) orang yang memiliki kepercayaan diri ialah

### **a. Percaya pada kemampuan sendiri**

Suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut. Kemampuan adalah potensi yang dimiliki seseorang untuk meraih atau dapat diartikan sebagai bakat,

kreativitas, kepandaian, prestasi, kemimpinan dan lain-lain yang dipakai untuk mengerjakan sesuatu.

Kepercayaan atau keyakinan pada kemampuan yang ada pada diri seseorang adalah salah satu sifat orang yang percaya diri. Apabila orang yang percaya diri telah meyakini kemampuan dirinya dan sanggup untuk mengembangkannya, rasa percaya diri akan timbul bila kita melakukan kegiatan yang bisa kita lakukan. Artinya keyakinan dan rasa percaya diri itu timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu dengan kemampuan yang ada pada dirinya.

b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan

Dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk meyakini tindakan yang diambil. Individu terbiasa menentukan sendiri tujuan yang bisa dicapai, tidak selalu harus bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi. Serta mempunyai banyak energi dan semangat karena mempunyai motivasi yang tinggi untuk bertindak mandiri dalam mengambil keputusan seperti yang ia inginkan dan butuhkan.

c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri

Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri sendiri. Sikap menerima diri apa adanya itu akhirnya dapat tumbuh berkembang sehingga orang percaya diri dan dapat menghargai orang lain

dengan segala kekurangan dan kelebihan. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri, jika mendapat kegagalan biasanya mereka tetap dapat meninjau kembali sisi positif dari kegagalan itu. Setiap orang pasti pernah mengalami kegagalan baik kebutuhan, harapan dan cita-citanya. Untuk menyikapi kegagalan dengan bijak diperlukan sebuah keteguhan hati dan semangat untuk bersikap positif.

d. Berani mengungkapkan pendapat

Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut. Individu dapat berbicara di depan umum tanpa adanya rasa takut, berbicara dengan memakai nalar dan secara fasih, dapat berbincang-bincang dengan orang dari segala usia dan segala jenis latar belakang. Serta menyatakan kebutuhan secara langsung dan terus terang, berani mengeluh jika merasa tidak nyaman dan dapat berkampanye didepan orang banyak.

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terbentuknya Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu :

## **a. Faktor Internal**

### **1. Konsep Diri**

Terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok. Menurut Centi (1995), konsep diri merupakan gagasan tentang dirinya sendiri. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif, sebaliknya orang yang mempunyai rasa percaya diri akan memiliki konsep diri positif.

#### **a) Harga Diri**

Meadow (dalam Kusuma, 2005 ) Harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Orang yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima orang lain sebagaimana menerima dirinya sendiri. Akan tetapi orang yang mempunyai harga diri rendah bersifat tergantung, kurang percaya diri dan biasanya terbentur pada kesulitan sosial serta pesimis dalam pergaulan.

#### **b) Kondisi fisik**

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Anthony (1992) mengatakan penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga

diri dan percaya diri seseorang. Lauster (1997) juga berpendapat bahwa ketidakmampuan fisik dapat menyebabkan rasa rendah diri yang kentara.

c). Pengalaman hidup

Lauster (1997) mengatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan, yang paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Lebih-lebih jika pada dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih dan kurang perhatian.

**b. Faktor Eksternal**

1. Pendidikan

mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Anthony (1992) lebih lanjut mengungkapkan bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain. Individu tersebut akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.

2. Pekerjaan

Rogers (dalam Kusuma,2005) mengemukakan bahwa bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Lebih lanjut dikemukakan bahwa rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan,



selain materi yang diperoleh. Kepuasan dan rasa bangga di dapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

### 3. Lingkungan dan Pengalaman hidup

Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin lancar harga diri berkembang (Centi, 1995). Sedangkan pembentukan kepercayaan diri juga bersumber dari pengalaman pribadi yang dialami seseorang dalam perjalanan hidupnya. Pemenuhan kebutuhan psikologis merupakan pengalaman yang dialami seseorang selama perjalanan yang buruk pada masa kanak kanak akan menyebabkan individu kurang percaya diri (Drajat, 1995).

### 4. Proses Terbentuknya Kepercayaan Diri

Proses Terbentuknya Kepercayaan Diri Menurut Thursan Hakim (2002) rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, tetapi ada proses tertentu didalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri itu. Terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses :

a) Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan kelebihan tertentu.

- b) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya tersebut.
- c) Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
- d) Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

## 5. Kepercayaan diri dalam kajian keislaman

Al-Qur'an sebagai rujukan pertama juga menegaskan tentang percaya diri dengan jelas dalam beberapa ayat-ayat yang mengindikasikan percaya diri seperti:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

*Artinya : "Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman". (Ali Imran: 139)*

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ

artinya

*"Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun*

*kepada mereka (dengan mengatakan): "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu". (Fushilat: 30).*

Ayat-ayat di atas dapat dikategorikan dengan ayat yang berbicara tentang persoalan percaya diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seorang mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat. Dari ayat di atas nampak bahwa orang yang percaya diri dalam al-Qur'an di sebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang *istiqomah*.

#### **E. Hubungan antara Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja**

Menurut Schneiders (1964 ) Penyesuaian sosial menandakan kemampuan atau kapasitas yang dimiliki individu untuk bereaksi secara efektif dan wajar pada realitas sosial, situasi, dan relasi sosial dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan sesuai ketentuan dalam kehidupan sosial. Dalam hal ini kepuasan kehidupan sosial dibutuhkan oleh lingkungan, dan bagaimana caranya agar kemampuan bersosialisasi itu ditetima dan dapat menjalin relasi yang baik dengan orang lain.

Maka dari itu yang dibutuhkan dari aspek ini ialah kematangan emosi. Sesuai dengan pernyataan hurlock(1980) emosi yang matang memiliki sejumlah kemampuan utama yang harus dipenuhi yaitu mampu mengontrol emosi, penggunaan fungsi krisis mental yang tepat , serta pemahaman diri yang baik.

Seseorang dapat mengatur emosionalnya dengan baik apabila ia mempunyai kematangan emosi. Dan dapat mengaplikasikannya dengan tepat terhadap lingkungan sosialnya. Selain itu dalam penyesuaian sosial harus pula ada kepercayaan diri sesuai dengan pernyataan Lauster (2002) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira.

Hal ini didukung oleh Goodstadt dan Kipnir dalam Bunker, dkk (1978) yang mengungkapkan bahwa meskipun kepercayaan diri diindentikan dengan kemandirian, orang yang percaya diri akan lebih mudah terlibat secara pribadi dengan orang lain dan berhasil dalam hubungan interpersonal. Maka dari itu kepercayaan diri juga dibutuhkan dalam melakukan penyesuaian sosial terhadap lingkungan luar.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh M. As'ad Djalali dengan judul "Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Percaya Diri dengan Penyesuaian Sosial" yang dilakukan di kota Surabaya didalam penelitian bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Percaya Diri dengan Penyesuaian Sosial anak . Hal ini berbeda dengan penelitian yang akan peneliti

lakukan yang berjudul “Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Percaya Diri dengan Penyesuaian Sosial Dan bedanya dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah populasi yang diukur berbeda yaitu Remaja. Karena pada masa remaja adalah masa yang penuh dengan kesukaran dan kehidupan yang emosinya menonjol.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Febri Fajarin dan Nuristigfari Masri Khaerani dengan penelitian yang berjudul “Kelekatan Aman, Religiusitas dan Kematangan Emosi pada Remaja ” yang dilakukan di kota Jogjakarta didalam penelitian bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara KelekatanAmanDan Religiusitas terhadap Kematangan Emosi.Pada. Hal ini berbeda dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yang berjudul “Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Percaya Diri dengan Penyesuaian Sosial”, disini peneliti meneliti apakah ada hubungannya antara kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial.

#### **F. Kerangka Berfikir**

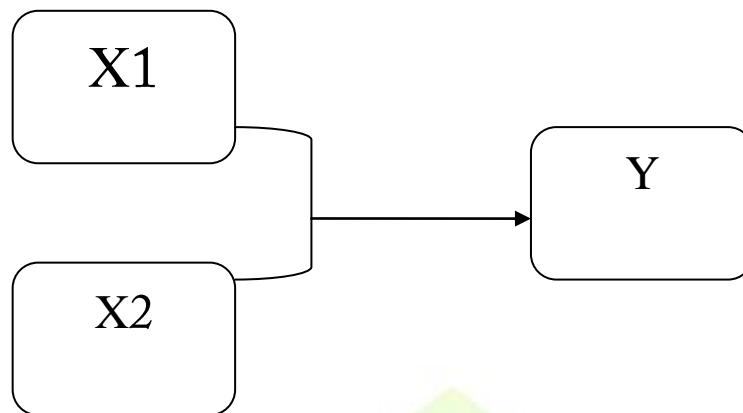
Penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai kemampuan dan keberhasilan penyesuaian individu dalam berinteraksi dengan orang lain dalam situasi-situasi tertentu secara efektif dan sehat, sehingga dapat mencapai kehidupan sosial yang menyenangkan dan memuaskan. Penyesuaian sosial sebagai suatu proses penyesuaian diri berlangsung secara berkelanjutan, dimana dalam kehidupannya seseorang akan dihadapkan pada dua realitas, yakni diri dan lingkungan di sekitarnya. Hampir sepanjang kehidupannya seseorang selalu membutuhkan orang

lain untuk dapat berinteraksi satu sama lain. Maka dari itu tidak semua orang mampu menyesuaikan dirinya dengan baik terhadap lingkungan baru atau sekitarnya.

Sedangkan dalam kehidupan, kita membutuhkan untuk berinteraksi dengan orang lain. Terlebih lagi remaja yang perkembangannya sedang mengalami banyak masalah dan hambatan. Hal ini sejalan dengan pendapat Setianingsih dkk. (2006) yang menyatakan bahwa remaja dituntut untuk memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungan agar keikutsertaannya selalu relevan dalam kegiatan Masyarakat yang disebut dengan penyesuaian sosial.

Kemampuan remaja dalam melakukan penyesuaian sosial berkaitan erat dengan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial remaja adalah lingkungan sekolah. Di sekolah remaja mendapatkan bekal pengetahuan dan latihan untuk menghadapi kehidupan di masyarakat. Berkaitan dengan ini, Karsidi (2005) mengemukakan bahwa dalam fungsi sosialnya, sekolah memiliki peranan yang penting dalam membantu perkembangan peserta didik menjadi makhluk sosial, yaitu makhluk yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Selain itu kematangan emosi dan kepercayaan diri juga mendukung Remaja dalam menyesuaikan diri pada lingkungan sosialnya.

Berdasarkan uraian diatas, maka kerangka pikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 1. Skema Hubungan antara Kematangan Emosi dan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja**

Keterangan Gambar :

X1 = Kematangan Emosi

X2 = Kepercayaan Diri

Y = Penyesuaian Remaja

### **G. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan kerangka pikir di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Adanya hubungan antara Kematangan Emosi (X1) dengan Penyesuaian Sosial(Y).
2. Adanya hubungan antara Kepercayaan Diri (X2) dengan Penyesuaian Sosial (Y).
3. Adanya hubungan antara Kematangan Emosi (X1) dan Kepercayaan Diri (X2) dengan penyesuaian sosial (Y).



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Identifikasi Variabel

1. Variabel Bebas (X) : Kematangan Emosi ( $x_1$ )  
: Kepercayaan Diri ( $x_2$ )
2. Variabel Tergantung (Y) : Penyesuaian sosial

#### B. Definisi Operasional

##### 1. Penyesuaian Sosial

Penyesuaian Sosial adalah Kemampuan individu (siswa) dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya khususnya lingkungan sekolah, menjalin hubungan dengan individu (siswa) lain dan terhadap kelompok pada khususnya secara harmonis dalam pergaulannya. Alat ukur penelitian ini adalah skala penyesuaian sosial mengacu pada teori Hurlock (1978) dan skala diadaptasi oleh Farichatun (2016) dengan aspek-aspek penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok, sikap sosial, dan kepuasan pribadi. Item-item skala disusun secara favourabel dan unfavourabel. Skor skala adalah Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), Sangat Setuju (SS)

##### 2. Kematangan emosi

Kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol emosinya secara baik dan suatu perasaan yang merangsang perubahan fisiologis dan psikologis sehingga merubah suatu keadaan yang menyebabkan timbulnya

perilaku berdasarkan pada pertimbangan yang teratur. Kematangan emosi diukur dengan skala kematangan emosi diadaptasi dari Rizki Eka Prasetya (2006), yang merupakan adaptasi dari aspek yang dikemukakan oleh Hurlock (1980). Dengan aspek –aspek : kontrol emosi, penggunaan fungsi kritis mental, dan pemahaman diri. Item-item skala disusun secara favourabel dan unfavourabel. Skor skala adalah 4-poin kontinum sangat setuju sampai sangat tidak setuju. Semakin tinggi skor yang di peroleh maka semakin tinggi kematangan emosinya.

### **3. Kepercayaan diri**

Kepercayaan diri adalah sebagai suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri, sehingga seseorang tidak terpengaruh oleh orang lain. Kepercayaan diri diukur melalui skala kepercayaan diri dengan melibatkan aspek - aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri antara lain: percaya pada diri sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri dan berani mengungkapkan pendapat (lauster 1997). Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skor skala kepercayaan diri ,maka semakin tinggi tingkat kepercayaan diri pada individu, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri pada individu.

## **C. Subjek Penelitian**

### **1. Populasi**

Populasi adalah seluruh individu yang dimasukan untuk diteliti yang nantinya akan dikenai generalisasi. Populasi menurut Sugiyono (2010) adalah

wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA 13 N Bandar Lampung.

Adapun tabel populasi dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel.1 populasi

No.	Kelas	Jumlah siswa
1	X MIPA 1	36
2	X MIPA 2	36
3	X MIPA 3	36
4	X MIPA 4	36
5	X MIPA 5	36
6	X MIPA 6	33
7	X IPS 1	31
8	X IPS 2	25
9	X IPS 3	31
10	X IPS 4	32
11	X IPS 5	32
12	XI MIPA 1	30
14	XI MIPA 2	32
15	XI MIPA 3	30
16	XI IPS 1	21
17	XI IPS 2	21
18	XII MIPA 1	36
19	XII MIPA 2	35
20	XII MIPA 3	36
21	XII MIPA 4	35
22	XII MIPA 5	35
23	XII IPS 1	36
24	XII IPS 2	36
25	XII IPS 3	36
26	XII IPS 4	36
Jumlah siswa		819

## 2. Sampel

Menurut Azwar (2011) bahwa sampel adalah sebagian dari populasi, tentulah ia harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Apakah suatu sampel merupakan representasi yang cocok bagi populasinya sangat tergantung pada sejauhmana karakteristik sampel sama dengan karakteristik populasinya. Sampel yang diambil dari populasi tersebut harus betul-betul representatif (mewakili). Sampel yang akan diambil dalam penelitian ini adalah siswa siswi SMA Negeri 13 Bandar Lampung yang duduk di kelas X sebanyak 92 siswa, menggunakan metode *cluster Random Sampling*.

## 3. Teknik sampling

pada penelitian ini adalah Cluster Random Sampling .Teknik ini digunakan bilamana populasi tidak terdiri dari individu-individu, melainkan terdiri dari kelompok-kelompok individu atau cluster. Teknik sampling digunakan untuk menentukan sampel bila objek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas. (Margono 2004 ) Ia mencontohkan bila penelitian dilakukan terhadap populasi pelajar SMA di suatu kota. Untuk random tidak dilakukan langsung pada semua pelajar-pelajar tetapi pada sekolah/kelas sebagai kelompok atau cluster.

## D. Metode pengumpulan data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan Skala likert. sejumlah pernyataan yang digunakan untuk mengungkap permasalahan yang di

teliti dan mampu menggambarkan keadaan diri subjek yang sebenarnya. Skala sikap Penyesuaian Sosial disusun untuk mengungkapkan sikap pro dan kontra ,positif dan negatif, setuju dan tidak-setuju terhadap suatu objek sosial. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penyesuaian sosial, skala kematangan emosi dan skala kepercayaan diri. Sebagian berupa pernyataan favorabel dan sebagian tidak favorabel yang sudah terpilih berdasarkan kualitas isi dan analisis statistika terhadap kemampuan pernyataan itu dalam mengungkap sikap kelompok. Pada skala bentuk likert ini menggunakan empat kategori respon pada skala peyesuaian sosial , kematangan Emosi dan kepercayaan diri yaitu yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

#### **E. Validitas dan Reliabilitas alat pengumpul data**

##### **1. Validitas Alat Ukur**

Validitas berasal dari kata “*validity*” yang mempunyai arti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya, yaitu dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang lain (Azhar, 2014). Menurut Azwar (2012), suatu item dikatakan valid apabila memiliki koefisien korelasi lebih besar dari 0,30. Namun apabila item yang lolos masih belum mencukupi jumlah yang diinginkan maka koefisien korelasi dapat diturunkan dari 0,30 menjadi 0,25. Yang tidak disarankan adalah menurunkan kriteria koefisien korelasi menjadi di bawah 0,20.

##### **2. Reliabilitas Alat Ukur**

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability*. Suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas

tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Walaupun istilah reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti konsistensi, keterandalan, keterpercayaan, kestabilan, keajegan, dan sebagainya namun gagasan pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Dalam pengerjaan tes pada waktu dan tempat berbeda). Untuk melihat reliabilitas peneliti menggunakan *alpha cronbach*.

#### **F. Metode analisis data**

Dalam penelitian ini, teknik analisis statistik yang dipakai untuk menguji hipotesis adalah *Analisis Regresi Berganda Dua Prediktor*. Teknik ini digunakan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen apakah masing-masing variabel independen berhubungan positif atau negatif dan untuk memprediksi nilai dari variabel dependen apabila nilai variabel independen mengalami kenaikan atau penurunan. Data yang digunakan biasanya berskala interval atau rasio. Metode analisis data ini dibantu dengan menggunakan program SPSS (*statistical Product and ServiceSolution*) versi 17.0 for windows.

## BAB IV

### PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

#### A. Orientasi Kancan dan Persiapan

##### 1. Orientasi Kancan

Tahap selanjutnya dalam penelitian ini adalah orientasi kancan atau informasi penting mengenai lokasi pendidikan yang terkait dengan topik penelitian, ciri tempat penelitian, karakteristik subjek penelitian dan lingkungan sekitar SMAN 13 Bandar Lampung yang beralamat di Jln Padat Karya Sinar Harapan Rajabasa Jaya, Bandar Lampung merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas Negeri yang ada di Provinsi Lampung, Indonesia. Lokasi SMAN 13 Bandar Lampung Jl. Padat Karya Sinar Harapan RT/RW 8/2, dusun Sinar Harapan, Kel. Rajabasa Jaya Bandar Lampung, Lampung, Kode pos 35144.

Kepala Sekolah saat ini adalah Ibu Rospardewi dan Wakil Kepala sekolah adalah Bapak Samijo. Sekolah yang berdiri pada tanggal 03 Oktober 1998 memiliki luas tanah 18.211 M<sup>2</sup> telah mencapai Akreditasi A pada tahun 2018 ini. Di SMAN 13 Bandar Lampung terdapat 26 kelas yang terdiri dari kelas X MIPA 1 sampai X MIPA 6, X IPS 1 sampai X IPS 5, kelas XI MIPA1 sampai XI MIPA 3 , XI PS1 dan XI IPS2 , XII MIPA 1 sampai XII MIPA 6 dan XII IPS 1 sampai XII IPS 5. Jumlah seluruh siswa adalah 819 siswa .

Adapun visi dan misi dari sekolah SMA negeri 13 bandar lampung berprestasi dengan mengedepankan imtaq, iptek, olahraga dan seni. Misinya meningkatkan profesionalisme tenaga pendidikan, Melengkapi, memanfaatkan,



dan mengembangkan sarana dan prasarana secara optimal, Meningkatkan mutu kelulusan dengan melaksanakan kegiatan Remedial Teaching, Meningkatkan penghayatan terhadap ajaran agama yang dianut untuk menjadikan masyarakat sekolah beriman dan bertakwa, Meningkatkan peran serta orang tua dan masyarakat dalam pendidikan dan Meningkatkan kualitas proses belajar mengajar dan suasana belajar yang kondusif. SMA N 13 Bandar Lampung juga mempunyai macam-macam ekskul yang diikuti oleh para siswa siswi yaitu Paskibra, Pramuka, PMR, Tinju, English Club, Kerohanian Islam, Bina Vokal, Kerohanian Kristen, Mading sekolah, Karate dan Taekwondo, Bahasa Asing, Tari tradisional dan Tari modern.

Penelitian ini dilakukan pada sampel siswa siswi kelas X. Terdapat 6 kelas MIPA dan 5 kelas IPS. Dari 11 kelas tersebut peneliti mengambil sampel hanya 3 kelas. Alasan memilih sampel kelas X karena siswa siswi tersebut berada dilingkungan sosial baru, ataupun masuk sekolah baru, sehingga lebih tepat apabila dijadikan sampel dalam penelitian ini. Proses perizinan yang dilalui untuk memeneuhi persyaratan penelitian ini sudah semuanya di penuhi, mulai dari permintaan surat dari kampus, Kesbangpol, lalu Dinas Pendidikan sudah dilengkapi dengan sangat baik dan rapih sehingga proses penelitian bisa berjalan dengan lancar.

## **2. Persiapan penelitian**

Bagian persiapan penelitian membahas tentang langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian. Setelah mendapatkan izin dari pihak sekolah dan

mendapatkan persetujuan pembimbing. Pada prinsipnya penelitian ini menggunakan skala penyesuaian sosial, skala kematangan emosi dan skala kepercayaan diri. Skala yang digunakan berisi pernyataan-pernyataan yang terdiri dari dua jenis pernyataan, yaitu *favourable* (pernyataan positif) dan *unfavorabel* (pernyataan negatif) Penentuan skor pada masing-masing pilihan jawaban adalah:

Pada penelitian ini menggunakan tiga variabel sehingga skala yang digunakan terdiri dari tiga skala, yaitu :

#### A. Skala penyesuaian sosial

Skala ini digunakan untuk mengetahui penyesuaian sosial remaja dilingkungan sosialnya. Skala ini terdiri dari 2 jenis pernyataan , yaitu *favourable* (+) dan pernyataan *unfavorable* (-). Skala ini disusun berdasarkan karakteristik penyesuaian sosial yang dikemukakan Hurlock (1978) yang diadaptasi oleh Farichatun (2016) dengan aspek-aspek penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok , sikap sosial, dan kepuasan pribadi.

Tabel. 2 rancangan skala penyesuaian sosial berikut dibawah ini.

Variabel	Aspek	Favourable	unfavorabel	Jumlah
Penyesuaian sosial	Penampilan Nyata	1,2,5, 34	10, 4, 27	7
	Penyesuaian diri terhadap kelompok	8, 9, 3, 11,30 16	26,7, 14	9
	Sikap Sosial	18,19, 20 22, 29, 25, 12	17, 24, 6	10
	Kepuasan pribadi	28, 23, 15 21, 13	31, 33	7
	Jumlah	23	11	34

### B. Skala kematangan emosi

Skala kematangan emosi digunakan untuk mengetahui tingkat kematangan emosi pada Remaja . Skala ini terdiri dari 2 jenis pernyataan , yaitu favourable (+) dan pernyataan unfavorable (-). Skala ini disusun berdasarkan karakteristik kematangan emosi yang adaptasi dari aspek yang dikemukakan oleh Hurlock (1980). Dengan aspek–aspek : kontrol emosi, penggunaan fungsi kritis mental, dan pemahaman diri. Item-item skala disusun secara favourable (+) dan unfavourabel (-).

Variabel	Aspek	Favourable	unfavorabel	Jumlah
Kematangan emosi	1. Kontrol emosi	1,3,4,5,6,9,10	2,3,7,8,11,16	13
	2. Penggunaan fungsi kritis mental	13,15,19	26,12,17,18,20	8
	3. Pemahaman diri	14,23,25,28,30	21,22,24,29	9
		15	15	30

Tabel 3 Rancangan skala kematangan emosi

### A. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri digunakan untuk mengetahui tingkat Kepercayaan Diri Remaja. Skala ini terdiri dari 2 jenis pernyataan , yaitu favourable (+) dan pernyataan unfavorable (-). Skala kepercayaan diri dengan melibatkan aspek - aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri antara lain: Keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab serta rasional dan realistis

terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan (Lauster, 2008).

Tabel 4 Rancangan skala kepercayaan diri

Variabel	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabe	
Kepercayaan Diri	1.Percaya pada kemampuan diri	1, 4,7 8,3,20	2, 5, 6,9 10	12
	2.Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	13,16,27	14,17	5
	3.Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	10, 18, 19. 12,22,25,28, 29	15, 21. 23,24, 30.	13
	Jumlah	17	13	30

### 3. Pelaksanaan *Try Out*

Sebelum instrumen digunakan untuk mengukur, maka instrumen diuji cobakan terlebih dahulu. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan try out terpisah. Sehingga try out dan penelitian dilakukan secara terpisah. Tujuan uji coba instrumen tersebut untuk mengetahui tingkat kesahihan (validitas) dan tingkat keandalan (reliabilitas) instrumen tersebut.

Try out dilaksanakan pada tanggal 5 Agustus 2018. Pada siswa kelas X di SMAN 13 Bandar Lampung. Uji coba instrumen dikenakan kepada anggota populasi diluar sampel dan diambil sejumlah 30 siswa. Menurut Suharsimi

Arikunto bahwa sebagai patokan sementara, untuk analisis siswa subyek uji coba dapat diambil sejumlah antara 25 – 40. cara pengisian telah dijelaskan dan subjek diminta menjawab dengan jujur dan sesuai dengan keadaan dirinya .sehingga pelaksanaan try out dapat berjalan dengan lancar. Setelah dilakukan try out, dari masing-masing skala yang dibagikan,semuanya memenuhi syarat untuk di skor dan dianalisis.

#### **4. Uji validitas dan Reliabilitas**

Pengujian validitas dan instrumen pada penelitian ini secara teknik menggunakan bantuan *SPSS 17.0 for windows*. Menurut Azwar (2012), suatu item dikatakan valid apabila memiliki koefisien korelasi lebih besar dari 0,30. Namun apabila item yang lolos masih belum mencukupi jumlah yang diinginkan maka koefisien korelasi dapat diturunkan dari 0,30 menjadi 0,25. Yang tidak disarankan adalah menurunkan kriteria koefisien korelasi menjadi di bawah 0,20. Berikut ini perhitungan validitas dan reliabilitas dari ketiga skala penyesuain sosial,kematangan emosi dan kepercayaan diri.

Tabel. 5 Aitem Skala penyesuaian sosial yang Valid dan Gugur

No	Aspek penyesuaian sosial	Favorabel		Unfavorebal		Jumlah valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Penampilaan nyata	34	1,2,5	4,10,27	-	4
2	Penyesuaian diri terhadap kelompok	3,8,9,11,16,30	-	7,14,26	-	10
3	Sikap sosial	12,18,19,20,25	22,29	6,24	17	6
4	Kepuasan pribadi	23	13,15,21,28	31,33	-	3
<b>Jumlah</b>						<b>23</b>

Berdasarkan tabel diatas hasil perhitungan validitas skala penyesuaian sosial dari 34 kecendrungan aitem yang telah diujicobakan terdapat 10 aitem yang gugur dan 24 aitem valid dengan  $r_{xy}$  berkisar 0,037 sampai 0,593 dengan  $p > 0,25$  sedangkan uji koefisien reliabilitas skala penyesuaian sosial memiliki nilai  $\alpha = 0,839$  yang berarti aitem sangat reliabel. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran IV hal 103. Sebaran aitem skala penyesuaian sosial yang valid dan gugur dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel.6 Aitem Skala kematangan emosi yang Valid dan Gugur**

No	Aspek kematangan emosi	Favorebel		Unfavorebel		Jumlah valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Kontrol emosi	1,3,4,7	20	2,3,7,8,11,16	-	<b>10</b>
2	Penggunaan fungsi mental	15	13,19	12,17,18,20,26	-	<b>6</b>
3	Pemahaman diri	14,23,25,28,30	-	21,22,29	24	<b>8</b>
<b>Jumlah</b>						<b>24</b>

berdasarkan tabel diatas hasil perhitungan validitas skala kematangan emosi dari 30 kecendrungan aitem yang telah diujicobakan terdapat 6 aitem yang gugur dan 24 aitem valid dengan  $r_{xy}$  berkisar -0,14 sampai 0,565 dengan  $p > 0,25$  sedangkan uji koefisien reliabilitas skala kematangan emosi memiliki nilai  $\alpha = 0,825$  yang berarti aitem sangat reliabel. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran IV hal 105.



Tabel. 7 Aitem Skala kepercayaan diri yang Valid dan Gugur

No	Aspek kepercayaan diri	Favorebel		Unfavorebel		Jumlah valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Percaya pada kemampuan diri sendiri	1,3,4,7,8	20	2,5,6,9,10,26	-	11
2	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	13,16,27	-	14,17	-	5
3	Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	12,18,19,22,25,29	10,28	15,21,24	23,30	9
<b>Jumlah</b>						<b>25</b>

Berdasarkan tabel diatas hasil perhitungan validitas skala kepercayaan diri dari 30 kecendrungan aitem yang telah diujicobakan terdapat 5 aitem yang gugur dan 25 aitem valid dengan  $r_{xy}$  berkisar -0,100 sampai 0,616 dengan  $p > 0,25$  sedangkan uji koefisien reliabilitas skala kematangan emosi memiliki nilai  $\alpha = 0,840$  yang berarti aitem sangat reliabel. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran IV hal 104. Sebaran aitem skala kematangan emosi yang valid dan gugur dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut :

Tabel 9

## Uji Validitas dan Reliabilitas

	Variabel	Hasil	Keterangan (Status)
Uji Validitas	Penyesuaian sosial	$r_{xy}$ berkisar antara 0,037 sampai 0,593 dengan $p > 0,25$	Dari 34 aitem yang telah diujicobakan terdapat 10 aitem yang gugur dan 24 aitem yang valid
Uji Reliabilitas		$\alpha = 0,839$	Berarti aitem andal
Uji Validitas	Kematangan emosi	$r_{xy}$ berkisar antara -0,014 sampai 0,565 dengan $p > 0,25$	Dari 30 aitem yang telah diujicobakan terdapat 6 aitem yang gugur dan 24 aitem yang valid
Uji Reliabilitas		$\alpha = 0,825$	Berarti aitem andal
Uji Validitas	Keperayaan diri	$r_{xy}$ berkisar antara -0,100 sampai 0,616 dengan $p > 0,25$	Dari 30 aitem yang telah diujicobakan terdapat 5 aitem yang gugur dan 25 aitem yang valid
Uji Reliabilitas		$\alpha = 0,840$	Berarti aitem andal

## 5. Penyusunan Skala untuk Penelitian

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas, langkah selanjutnya adalah aitem-aitem yang valid dipergunakan untuk mengambil data yang sesungguhnya. Aitem-aitem yang gugur tidak diikutsertakan lagi dalam pengambilan data penelitian. Distribusi ulang kedua skala untuk penelitian dapat dilihat dalam tabel 9 dan 8 .

**Tabel. 10 Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Sosial untuk Penelitian**

No	Aspek penyesuaian sosial	Favorebel	Unfavorebel	Jumlah Valid
		Valid	Valid	
1	Penampilan nyata	34	4,10,27	4
2	Penyesuaian diri terhadap kelompok	3,8,9,11,16,30	7,14,26	10
3	Sikap sosial	12,18,19,20,25	6,24	6
4	Kepuasan pribadi	23	31,33	3
<b>Jumlah</b>				<b>23</b>

**Tabel. 11 Sebaran Aitem Skala Kematangan emosi untuk Penelitian**

No	Aspek kematangan emosi	Favorebel	Unfavorebel	Jumlah Valid
		Valid	Valid	
1	Kontrol emosi	1,3,4,7	2,3,7,8,11,16	<b>10</b>
2	Penggunaan fungsi mental	15	12,17,18,20,26	<b>6</b>
3	Pemahaman diri	14,23,25,28,30	21,22,29	<b>8</b>
<b>Jumlah</b>				<b>24</b>

**Tabel.12 Sebaran Aitem Skala kepercayaan diri untuk Penelitian**

No	Aspek kepercayaan diri	Favorebel	Unfavorebel	Jumlah Valid
		Valid	Valid	
1	Percaya pada kemampuan diri sendiri	1,3,4,7,8	2,5,6,9,10,26	<b>11</b>
2	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	13,16,27	14,17	<b>5</b>
3	Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	12,18,19,22,25,29	15,21,24	<b>9</b>
<b>Jumlah</b>				<b>25</b>

## B. Pelaksanaan Penelitian

### 1. Penentuan Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa baru yang sedang melakukan penyesuaian terhadap lingkungan sekolahnya. Sampel berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan, dan berusia antara 14-17 tahun. subjek adalah siswa di SMA Negeri 13 Bandar Lampung yang sedang duduk di kelas X.

Pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling dimana *Cluster* berarti individu yang menjadi populasi dibagi menjadi kelompok-kelompok, dalam hal ini populasi terdiri dari kelas-kelas. *Random sampling* berarti setiap anggota populasi mempunyai hak yang sama untuk menjadi sampel. Pada penentuan sampel ini, peneliti melakukan undian berdasarkan kelompok (kelas). Dari beberapa kelas yang terdapat di kelas X dan hasil undian keluar 3 kelas yang dibutuhkan untuk menjadi sampel yaitu X MIPA3 , X MIPA5 DAN X IPS4.

**Tabel. 13 pengambilan sampel**

No.	Kelas	Sampel awal	Sampel Gugur
1	X MIPA 3	30	0
2.	X MIPA 5	32	2
3.	X IPS 4	32	0
	Jumlah	94	2
	Sampel ahir	92	

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sampel di ambil berdasarkan hasil undian, hasil yang didapat tiga kelas yang menjadi populasi dalam penelitian yakni kelas X MIPA 3 berjumlah 36 orang, X IPA 5 berjumlah 36 orang, X IPS 4 berjumlah 32 orang sehingga ditotal terdapat 104 sampel. Namun dalam proses pengambilan data penelitian, ada 2 orang sampel gugur dikarenakan sampel tidak konsisten dalam mengisi aitem dalam skala. Sehingga jumlah sampel penelitian terakhir adalah berjumlah 92 orang.

## **2. Pelaksanaan Pengumpulan Data**

Pengumpulan data penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 13 september 2018 di SMA Negeri 13 Bandar Lampung. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan lembar skala kepada siswa khususnya siswa baru yaitu siswa kelas X lalu diberikan penjelasan terlebih dahulu tentang bagaimana tata cara pengisian tiga skala tersebut kemudian mempersilahkan siswa untuk mengisinya. Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah melakukan skoring dan selanjutnya dianalisis dan menguji hipotesis.

## **3. Skoring**

Setelah pengisian skala penyesuaian sosial, skala kematangan emosi dan kepercayaan diri, langkah selanjutnya adalah penskoran pada skala penyesuaian sosial, skala kematangan emosi dan skala kepercayaan diri dilakukan dengan sistem bertingkat, pernyataan yang tergolong favourabel dengan alternatif jawaban SS (sangat sesuai), S(sesuai) , TS (Tidak sesuai) dan STS (Sangat tidak sesuai). Maka nilai yang diberikan 4 sampai 1, sebaliknya apabila unfavourabel alternatif jawaban SS (sangat sesuai), S(sesuai) , TS (Tidak sesuai) dan STS

(Sangat tidak sesuai) maka nilai yang diberikan 1 sampai 4. Kemudian skor yang diperoleh dari subjek penelitian dijumlahkan untuk masing-masing skala. Total skor dari skala yang diperoleh subjek akan dipakai dalam analisis data. Penskoran pada skala kepercayaan diri, skala kematangan emosi dan skala kepercayaan diri akan dibuat dalam tiga golongan Yaitu rendah, sedang dan tinggi.

Favourabel	Nilai	Unfavorabel	Nilai
SS (Sangat sesuai)	4	SS (Sangat sesuai)	1
S (Sesuai)	3	S (Sesuai)	2
TS (Tidak Sesuai)	2	TS (Tidak Sesuai)	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	STS (Sangat Tidak Sesuai)	4

### C. Analisis Data Penelitian

#### 1. Deskripsi Statistik masing-masing Variabel Penelitian

Data skor penyesuaian sosial, kematangan emosi dan kepercayaan diri diperoleh melalui angket yang disebarakan kepada siswa dan siswi SMA Negeri 13 Bandar Lampung.

**Tabel 14**

#### Deskripsi Statistik Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
Penyesuaian sosial	92	65	90	78,23	6,28
Kematangan emosi	92	68	94	82,45	5,464
Kepercayaan diri	92	65	98	81,97	7,307

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui jumlah subjek penelitian sebanyak 92 orang skor penyesuaian sosial terendah adalah 65 sedangkan skor penyesuaian sosial tertinggi adalah 90, kemudian skor kematangan emosi memiliki skor



terendah 68 sedangkan skor tertinggi adalah 94, aspek kepercayaan diri memiliki skor terendah 65 sedangkan skor tertinggi adalah 98.

## 2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian

Kategorisasi variabel bertujuan menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang telah diukur. Berikut tabel norma skor yang telah disajikan. Setelah kategori tersebut didapatkan, maka akan diperoleh nilai presentasi kategori untuk masing-masing variabel.

### a. Kategorisasi penyesuaian sosial

Dibawah ini disajikan tabel yang menunjukkan sebuah variabel penyesuaian sosial. Skala terdiri dari 24 butir pernyataan yang berhubungan dengan perilaku dalam hal ini dibagi menjadi tiga kategori sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

**Tabel.15**

### **Kategorisasi Penyesuaian Sosial pada remaja**

<b>Kategori</b>	<b>Frekwensi</b>	<b>Persen</b>	<b>Norma</b>
Tinggi	11	11,96%	$X > \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$
Sedang	69	75%	$\text{Mean} - \text{Std. Deviation} \leq X \leq \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$
Rendah	12	13,04%	$X < \text{Mean} - \text{Std. Deviation}$
Total	92	100%	

Berdasarkan tabel di atas 11,96% dari total responden memiliki tingkat penyesuaian sosial yang tinggi 75 % responden memiliki tingkat penyesuaian sosial sedang dan 13,04% memiliki tingkat penyesuaian sosial yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang diteliti, tingkat penyesuaian sosial yang paling dominan berada pada kategori sedang.

b. Kategorisasi kematangan emosi

Dibawah ini disajikan tabel yang menunjukkan sebuah variabel kematangan emosi. Skala terdiri dari 24 butir pernyataan yang berhubungan dengan perilaku dalam hal ini dibagi menjadi tiga kategori sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

**Tabel. 16 Kategorisasi kematangan emosi**

Kategori	Frekwensi	Persen	Norma
Tinggi	19	20,65%	$X > \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$
Sedang	64	69,7% %	$\text{Mean} - \text{Std. Deviation} \leq X \leq \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$
Rendah	9	9,78% %	$X < \text{Mean} - \text{Std. Deviation}$
Total	92	100%	

Berdasarkan tabel di atas 11,96% dari total responden memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi 75 % responden memiliki tingkat kematangan emosi sedang dan 13,04% memiliki tingkat kematangan emosi yang rendah.

Dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang diteliti, tingkat kematangan emosi yang paling dominan berada pada kategori sedang.

c. Kategorisasi kepercayaan diri

Dibawah ini disajikan tabel yang menunjukan sebuah variabel kepercayaan diri. Skala terdiri dari 25 butir pernyataan yang berhubungan dengan perilaku dalam hal ini dibagi menjadi tiga kategori sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

**Tabel. 17 Kategorisasi Kepercayaan Diri**

Kategori	Frekwensi	Persen	Norma
Tinggi	13	14,13%	$X > \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$
Sedang	69	75%	$\text{Mean} - \text{Std. Deviation} \leq X \leq \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$
Rendah	10	10,87%	$X < \text{Mean} - \text{Std. Deviation}$
Total	92	100%	

Berdasarkan tabel di atas 14,13% dari total responden memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi 75 % responden memiliki tingkat kepercayaan diri sedang dan 10,87% memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang diteliti, tingkat kepercayaan diri yang paling dominan berada pada kategori sedang.

### 3. Uji Asumsi

Uji asumsi bertujuan untuk mengetahui terpenuhi atau tidaknya persyaratan untuk di analisis. Uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

#### a. Uji normalitas

Uji normalitas sebaran dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya penyebaran data dari variabel penelitian dengan kata lain uji normalitas sebaran dimaksud untuk melihat apakah subjek yang dijadikan sampel penelitian memenuhi syarat sebaran yang normal untuk mewakili populasi. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan formula Kolmogorov-Smirnov. Sebagai kriteria apabila  $p > 0,05$  maka sebarannya dikatakan normal, sebaliknya apabila  $p < 0,05$  maka sebarannya dikatakan tidak normal (Hadi, 2000). Tabel berikut ini merupakan rangkuman hasil perhitungan uji normalitas sebaran.

**Tabel. 18 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran**

Variabel	Rerata	SD	K-S	Taraf Signifikansi	Keterangan
Penyesuaian Sosial	78,23	6,218	0,531	$>0,05$	Normal
Kematangan Emosi	82,45	5,484	0,092	$>0,05$	Normal
Kepercayaan diri	81,97	7,307	0,898	$>0,05$	Normal

Dari hasil uji normalitas sebaran data penelitian variabel penyesuaian sosial , kematangan emosi dan kepercayaan diri diketahui bahwa variabel tersebut memiliki sebaran data yang normal. Hal ini ditunjukkan oleh koefisien normalitas Kolmogorov-Smirnov pada masing-masing variabel  $p >$

0,05. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel one-sample kolmogrov-smirnov test lampiran VII hal 126.

#### **b. Uji linearitas**

Uji linearitas hubungan dilakukan untuk mengetahui linearitas hubungan antara penyesuaian sosial , kematangan emosi dan kepercayaan diri Sebagai kriteria apabila  $p > 0,05$  maka ada hubungan yang linear, sebaliknya apabila  $p < 0,05$  maka sebarannya dikatakan tidak memiliki hubungan yang linear (Hadi, 2000). Tabel berikut ini merupakan rangkuman hasil perhitungan uji linearitas.

**Tabel.19 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas**

<b>Variabel</b>	<b>Sig. Deviation from linierity</b>	<b>Taraf Signifikansi</b>	<b>Keterangan</b>
Penyesuaian Sosial dengan kematangan emosi	0,282	$>0,05$	Linear
Penyesuaian sosia dengan Kepercayaan diri	0,194	$>0,05$	Linear

dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara penyesuaian sosial dengan kematangan emosi dan kepercayaan diri , hal ini dibuktikan dari signifikansi linearitas deviasi yang memiliki nilai lebih tinggi dari taraf signifikansi  $p > 0,05$ . Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel *coefficients* lampiran VII hal 126-127.

#### 4. Uji Hipotesis

Perhitungan untuk uji hipotesis dilakukan dengan metode analisis regresi berganda yang dihitung menggunakan bantuan jasa program komputer SPSS versi 17 *for windows*. Dalam regresi, terdapat tiga hal yang harus diperhatikan. Pertama, besaran *R-Square* untuk mengetahui berapa persen (%) varians variabel dependen yang dijelaskan oleh variabel independen. Kedua, apakah secara keseluruhan variabel independen berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen. Terakhir, memperhatikan signifikans tidaknya koefisien regresi dari masing-masing variabel independen dengan mengetahui Sumbangan efektif (SE) dan Sumbangan Relatif (SR)..

Langkah pertama, peneliti melihat besaran *R-Square* untuk mengetahui berapa persen (%) varians variabel dependen yang dijelaskan oleh variabel independen. Untuk tabel *R-Square* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel.20 uji hipotesis**

**Tabel R-Square**

<b>Model</b>	<b>R</b>	<b>Adjusted R Square</b>	<b>Std. Error of the Estimate</b>
1	0.485	0.235	5.500

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa diperoleh *R-Square* dengan nilai 0,235 atau sebesar 23,5%. Artinya, proporsi varians dari penyesuaian sosial yang dijelaskan oleh kematangan emosi dan kepercayaan diri adalah sebesar 23,5%,

sedangkan 76,5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel *model Summary* lampiran VIII hal 128.

Langkah kedua, peneliti melakukan uji F untuk menganalisis pengaruh dari keseluruhan variabel independen. Adapun hasil uji F dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel.21 Tabel Anova**

Model	Sum of Square	DF	Mean Square	F	Sig.
Regression	826.107	2	413.053	13.655	0.000
Residual	1692.100	89	30.248		
total	3518.207	91			

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai p pada kolom paling kanan adalah 0,000 atau  $p = 0,000$  dengan nilai  $p < 0,05$ . Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan dari kematangan emosi dan kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 13 Bandar Lampung. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel anova lampiran VIII hal 129.

Langkah selanjutnya, peneliti mencoba melihat koefisien regresi dari masing-masing variabel independen. Telah dijelaskan sebelumnya, jika  $p < 0,05$  maka koefisien regresi tersebut signifikan yang berarti variabel independen tersebut memiliki pengaruh yang signifikan. Adapun besarnya koefisien regresi



dari masing-masing variabel independen terhadap penyesuaian sosial dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel. 22 koefisien regresi**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Ket
	B	Std. Error				
<i>Constant</i>	27,223	9,940		2.739	0,007	Signifikan
Kematangan emosi	0,354	0,108	0,311	3.283	0,001	Signifikan
Kepercayaan diri	0,266	0,081	0,313	3.300	0,001	Signifikan

Berdasarkan koefisien regresi pada tabel di atas, dapat diketahui persamaan regresi yang memiliki pengaruh signifikan adalah pada dua variabel yakni kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan taraf signifikansi  $p < 0,05$ . Hal ini berarti semua hipotesis diterima. Penjelasan dari masing-masing variabel independen dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Variabel Kematangan Emosi

Diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,354 dengan signifikansi sebesar 0,001 (sig. > 0,05), hal ini menunjukkan bahwa variabel Kematangan Emosi secara positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penyesuaian sosial pada remaja. Artinya, semakin tinggi variabel kematangan emosi pada Remaja maka semakin tinggi penyesuaian sosialnya. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel *coefficients* lampiran VIII hal 129.

b. Variabel Kepercayaan Diri

Diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,266 dengan signifikansi sebesar 0,001 (sig. > 0,05), hal ini menunjukkan bahwa variabel Kepercayaan Diri secara positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penyesuaian sosial pada Remaja. Artinya, semakin tinggi variabel kepercayaan diri pada Remaja maka semakin tinggi penyesuaian sosialnya. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel *coefficients* lampiran VIII hal 129

**5. Pengujian sumbangan efektif dan sumbangan relatif masing-masing variabel**

Selanjutnya, peneliti menjelaskan mengenai sumbangan efektif (SE) dan sumbangan Relatif (SR). SE adalah ukuran sumbangan suatu variabel prediktor atau variabel independen terhadap variabel dependen dalam analisis regresi, penjumlahan dari sumbangan efektif untuk semua variabel independen adalah sama dengan jumlah nilai yang ada pada koefisien determinasi atau *R-Square*. Sementara itu SR merupakan suatu ukuran yang menunjukkan besarnya sumbangan suatu variabel dependen terhadap jumlah kuadrat regresi. Pengujian pada tahap ini dianalisis satu per satu seperti yang ada pada tabel berikut.

**Tabel. 23 Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif**

<b>Variabel</b>	<b>Koefisien Regresi (Beta)</b>	<b>Koefisien korelasi</b>	<b>Sumbangan Efektif (%)</b>	<b>Sumbangan Relatif (%)</b>	<b>Sig. F Change</b>
Kematangan emosi	0,311	0,376	11,7%	49,8%	0,001
Kepercayaan diri	0,313	0,377	11,8%	50,2%	0,001
			23,5%	100%	

a. Hasil dari perhitungan sumbangan efektif (SE)

Berdasarkan hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa sumbangan efektif (SE) variabel kematangan emosi (X1) terhadap kepercayaan diri (Y) adalah sebesar 11,7% , sementara sumbangan efektif (SE) kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial (Y) sebesar 11,8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel X2 lebih memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap variabel Y dari pada X1. Untuk total SE adalah sebesar 23,5% atau sama dengan koefisien determinasi (Rsquare) Analisa Regresi yakni 23,5%. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran VIII hal 129.

b. Hasil dari sumbangan relatif (SR)

Berdasarkan hasil dari perhitungan diatas dapat diketahui bahwa sumbangan relatif (SR) variabel kematangan emosi (X1) terhadap penyesuaian sosial (Y) adalah 49,8%, sementara sumbangan relatif (SR) variabel kepercayaan diri (X2) terhadap penyesuaian sosial (Y) adalah 50,2 %. Untuk

total SR adalah sebesar 100% atau sama dengan 1. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran VIII hal 129.

#### **D. Hasil Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja di SMA N 13 Bandar Lampung. Berdasarkan hasil perhitungan secara statistik dengan menggunakan teknik uji regresi berganda yang dibantu oleh SPSS versi 17.0 yang telah dilakukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial dengan  $R = 0,485$  dengan  $p = 0,000$  dimana  $p < 0,01$ , maka dapat dikatakan bahwa kematangan emosi dan kepercayaan diri berperan dalam penyesuaian sosial pada remaja.

##### **1. Kematangan Emosi dengan penyesuaian sosial pada remaja**

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa dari 92 siswa di SMAN 13 Bandar Lampung terdapat 11 siswa (11,96%) yang memiliki kematangan emosi tinggi, 69 siswa (75%) yang memiliki kematangan emosi sedang, dan 12 siswa (13,04%) yang memiliki kematangan emosi rendah. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa rata-rata kematangan emosi siswa di SMAN 13 Bandar Lampung berada pada kategori sedang.

Individu yang matang emosinya dapat mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Seperti halnya dengan siswa di SMAN 13 Bandar Lampung yang rata-rata memiliki kematangan emosi sedang. Hal ini dapat diartikan, sebagian besar

siswa di SMAN 13 Bandar Lampung sudah dapat mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Sejalan dengan Kartono (dalam Gusti Yuli dan Margaretha, 2010 ) yang mengartikan kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pada emosional seperti pada masa kanak-kanak.

Siswa di SMAN 13 Bandar Lampung yang sudah mampu mengontrol emosinya berarti dapat mengungkapkan emosi dengan tepat dan tidak menunjukkan kemarahan di depan orang lain. Hal ini sejalan dengan Hurlock (2014 ) yang telah menjelaskan bahwa remaja yang telah mencapai kematangan emosi dapat mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Dari hasil uji hipotesis pada variabel kematangan emosi dengan penyesuaian sosial diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,354 dengan signifikan sebesar 0,001 ( $\text{sig} < 0,001$ ) hal ini menunjukkan bahwa variabel kematangan emosi secara positif mempengaruhi penyesuaian sosial pada remaja.

## **2. Kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja**

Hasil Kategorisasi menunjukan 14,13% dari total responden memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi 75 % responden memiliki tingkat kepercayaan diri sedang dan 10,87% memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang diteliti, tingkat kepercayaan diri yang paling dominan berada pada kategori sedang Sesuai dengan pendapat Asmadi Alsa, (2006) menyatakan bahwa kepercayaan

diri pada setiap siswa akan berbeda, karena kepercayaan diri merupakan pandangan sikap dan keyakinan siswa dalam menghadapi suatu tugas dan pekerjaan. Jika tidak ada percaya diri seorang siswa tidak dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dan menjadi manusia yang utuh dalam kehidupan bermasyarakat.

Kepercayaan diri akan memperkuat motivasi dalam mencapai sebuah keberhasilan, karena semakin tinggi kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, semakin kuat pula semangat untuk menyelesaikan segala pekerjaannya. Kepercayaan diri juga membawa kekuatan dalam menentukan langkah dan merupakan faktor utama dalam mengatasi suatu masalah. Dari hasil uji hipotesis diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,266 dengan signifikansi sebesar 0,001 ( $\text{sig.} > 0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa variabel Kepercayaan Diri secara positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penyesuaian sosial pada Remaja. Artinya, semakin tinggi variabel kepercayaan diri pada Remaja maka semakin tinggi penyesuaian sosialnya.

### **3. Hubungan kembangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja**

Berdasarkan hasil perhitungan statistik dapat diketahui bahwa sumbangan efektif (SE) variabel kematangan emosi (X1) terhadap penyesuaian sosial (Y) adalah sebesar 11,7% , sementara sumbangan efektif (SE) kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial (Y) sebesar 11,8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel X2 lebih memiliki pengaruh yang lebih dominan

terhadap variabel Y dari pada X1. Untuk total SE adalah sebesar 23,5% atau sama dengan koefisien determinasi (Rsquare) Analisa Regresi yakni 23,5%. Dan 76,5 % sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian. faktor-faktor lainnya bisa terdapat pada dari pola asuh orang tua, self efficacy, konsep diri , dukungan sosial dan kontrol diri.

Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial . Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Penyesuaian Sosial sebelumnya dilakukan oleh Ibnu Ardi dengan penelitian berjudul "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X Di Smk Negeri 1 Kalasan" yang dilakukan di Yogyakarta dengan hasil terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial . telah terbukti, artinya Jika siswa kelas X memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka tingkat penyesuaian sosialnya juga tinggi.

Penyesuaian sosial diartikan sebagai suatu proses dari individu dalam memenuhi kebutuhan dalam dirinya sendiri serta lingkungan di mana ia tinggal, agar mencapai suatu kondisi yang seimbang dan keberhasilan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya, dimanapun individu berada. Wujud dari penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain, memenuhi aturan kelompok masyarakat, mampu mengaktualisasikan dirinya dengan kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya.



Siswa yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, maka akan menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berhubungan dengan orang lain, dan merasa puas karena dapat berhubungan dengan kelompok sosial, serta menerima kelemahan-kelemahan diri sendiri, sehingga dapat menimbulkan kepercayaan diri, karena dengan percaya diri siswa lebih mudah bergaul dengan orang lain dan tidak mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial.

Begitupun dengan kematangan emosi remaja, sejalan dengan penelitian Susilowati 2013 yaitu hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial pada siswa akselerasi di SMPN 1 Malang. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial. Artinya bahwa apabila kematangan emosi siswa akselerasi tinggi biasanya akan diikuti dengan penyesuaian sosial yang tinggi, begitu juga pun sebaliknya.

Widyasari (2008) mengemukakan bahwa untuk dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik, maka kematangan emosi mempunyai peranan yang sangat penting. Siswa yang matang secara emosional lebih dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Mengajarkan keterampilan emosional dan sosial pada siswa dapat membentuk kematangan emosional yang selanjutnya memudahkan siswa dalam melakukan penyesuaian sosial. Berbagai penelitian dan teori yang telah dijelaskan sebelumnya semakin memperkuat hasil penelitian ini bahwa kematangan emosi dan kepercayaan diri mempunyai hubungan dengan penyesuaian sosial pada remaja.

## BAB IV

### PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

#### E. Orientasi Kancan dan Persiapan

##### 6. Orientasi Kancan

Tahap selanjutnya dalam penelitian ini adalah orientasi kancan atau informasi penting mengenai lokasi pendidikan yang terkait dengan topik penelitian, ciri tempat penelitian, karakteristik subjek penelitian dan lingkungan sekitar SMAN 13 Bandar Lampung yang beralamat di Jln Padat Karya Sinar Harapan Rajabasa Jaya, Bandar Lampung merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas Negeri yang ada di Provinsi Lampung, Indonesia. Lokasi SMAN 13 Bandar Lampung Jl. Padat Karya Sinar Harapan RT/RW 8/2, dusun Sinar Harapan, Kel. Rajabasa Jaya Bandar Lampung, Lampung, Kode pos 35144.

Kepala Sekolah saat ini adalah Ibu Rospardewi dan Wakil Kepala sekolah adalah Bapak Samijo. Sekolah yang berdiri pada tanggal 03 Oktober 1998 memiliki luas tanah 18.211 M<sup>2</sup> telah mencapai Akreditasi A pada tahun 2018 ini. Di SMAN 13 Bandar Lampung terdapat 26 kelas yang terdiri dari kelas X MIPA 1 sampai X MIPA 6, X IPS 1 sampai X IPS 5, kelas XI MIPA1 sampai XI MIPA 3 , XI PS1 dan XI IPS2 , XII MIPA 1 sampai XII MIPA 6 dan XII IPS 1 sampai XII IPS 5. Jumlah seluruh siswa adalah 819 siswa .

Adapun visi dan misi dari sekolah SMA negeri 13 bandar lampung berprestasi dengan mengedepankan imtaq, iptek, olahraga dan seni. Misinya meningkatkan profesionalisme tenaga pendidikan, Melengkapi, memanfaatkan, dan mengembangkan saran dan prasarana secara optimal, Meningkatkan mutu kelulusan dengan melaksanakan kegiatan Remedial Teaching, Meningkatkan penghayatan terhadap ajaran agama yang dianut untuk menjadikan masyarakat sekolah beriman dan bertakwa, Meningkatkan peran serta orang tua dan masyarakat dalam pendidikan dan Meningkatkan kualitas proses belajar mengajar dan suasana belajar yang kondusif. SMA N 13 Bandar Lampung juga mempunyai macam-macam ekskul yang diikuti oleh para siswa siswi yaitu Paskibra, Pramuka, PMR, Tinju, English Club, Kerohanian Islam, Bina Vokal, Kerohanian Kristen, Mading sekolah, Karate dan Taekwondo, Bahasa Asing , Tari tradisional dan Tari modern.

Penelitian ini dilakukan pada sampel siswa siswi kelas X. Terdapat 6 kelas MIPA dan 5 kelas IPS. Dari 11 kelas tersebut peneliti mengambil sampel hanya 3 kelas. Alasan memilih sampel kelas X karena siswa siswi tersebut berada dilingkungan sosial baru, ataupun masuk sekolah baru, sehingga lebih tepat apabila dijadikan sampel dalam penelitian ini. Proses perizinan yang dilalui untuk memeneuhi persyaratan penelitian ini sudah semuanya di penuhi , mulai dari permintaan surat dari kampus, Kesbangpol, lalu Dinas Pendidikan sudah dilengkapi dengan sangat baik dan rapih sehingga proses penelitian bisa berjalan dengan lancar.

## 7. Persiapan penelitian

Bagian persiapan penelitian membahas tentang langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian. Setelah mendapatkan izin dari pihak sekolah dan mendapatkan persetujuan pembimbing. Pada prinsipnya penelitian ini menggunakan skala penyesuaian sosial, skala kematangan emosi dan skala kepercayaan diri. Skala yang digunakan berisi pernyataan-pernyataan yang terdiri dari dua jenis pernyataan, yaitu *favourable* (pernyataan positif) dan *unfavorabel* (pernyataan negatif) Penentuan skor pada masing-masing pilihan jawaban adalah:

Pada penelitian ini menggunakan tiga variabel sehingga skala yang digunakan terdiri dari tiga skala, yaitu :

### C. Skala penyesuaian sosial

Skala ini digunakan untuk mengetahui penyesuaian sosial remaja dilingkungan sosialnya. Skala ini terdiri dari 2 jenis pernyataan , yaitu *favourable* (+) dan pernyataan *unfavorable* (-). Skala ini disusun berdasarkan karakteristik penyesuaian sosial yang dikemukakan Hurlock (1978) yang diadaptasi oleh Farichatun (2016) dengan aspek-aspek penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok , sikap sosial, dan kepuasan pribadi.

Tabel. 2 rancangan skala penyesuaian sosial berikut dibawah ini.

Variabel	Aspek	Favourable	unfavorabel	Jumlah
Penyesuaian sosial	Penampilan Nyata	1,2,5, 34	10, 4, 27	7
	Penyesuaian diri terhadap kelompok	8, 9, 3, 11,30 16	26,7, 14	9

	Sikap Sosial	18,19, 20 22, 29, 25, 12	17, 24, 6	10
	Kepuasan pribadi	28, 23, 15 21, 13	31, 33	7
	Jumlah	23	11	34

#### D. Skala kematangan emosi

Skala kematangan emosi digunakan untuk mengetahui tingkat kematangan emosi pada Remaja . Skala ini terdiri dari 2 jenis pernyataan , yaitu favourable (+) dan pernyataan unfavorable (-). Skala ini disusun berdasarkan karakteristik kematangan emosi yang adaptasi dari aspek yang dikemukakan oleh Hurlock ( 1980). Dengan aspek–aspek : kontrol emosi, penggunaan fungsi kritis mental, dan pemahaman diri.Item-item skala disusun secara favourabel (+) dan unfavourabel (-).

Variabel	Aspek	Favourable	unfavorabel	Jumlah
Kematangan emosi	4. Kontrol emosi	1,3,4,5,6,9,10	2,3,7,8,11,16	13
	5. Penggunaan fungsi krisis mental	13,15,19	26,12,17,18,20	8
	6. Pemahaman diri	14,23,25,28,30	21,22,24,29	9
		15	15	30

Tabel 3 Rancangan skala kematangan emosi

#### B. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri digunakan untuk mengetahui tingkat Kepercayaan Diri Remaja. Skala ini terdiri dari 2 jenis pernyataan , yaitu favourable (+) dan pernyataan unfavorable (-). Skala kepercayaan diri dengan melibatkan aspek - aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri antara lain: Keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab serta rasional dan realistis terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan (Lauster, 2008).

Tabel 4 Rancangan skala kepercayaan diri

Variabel	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorable	
Kepercayaan Diri	1.Percaya pada kemampuan diri	1 , 4,7 8 ,3,20	2, 5, 6,9 10	12
	2.Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	13,16,27	14,17	5
	3.Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	10, 18, 19. 12,22,25,28, 29	15, 21. 23,24, 30.	13
	Jumlah	17	13	30

## 8. Pelaksanaan *Try Out*

Sebelum instrumen digunakan untuk mengukur, maka instrumen diuji cobakan terlebih dahulu. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan try out terpisah. Sehingga try out dan penelitian dilakukan secara terpisah.

Tujuan uji coba instrumen tersebut untuk mengetahui tingkat kesahihan (validitas) dan tingkat keandalan (reliabilitas) instrumen tersebut.

Try out dilaksanakan pada tanggal 5 Agustus 2018. Pada siswa kelas X di SMAN 13 Bandar Lampung. Uji coba instrumen dikenakan kepada anggota populasi diluar sampel dan diambil sejumlah 30 siswa. Menurut Suharsimi Arikunto bahwa sebagai patokan sementara, untuk analisis siswa subyek uji coba dapat diambil sejumlah antara 25 – 40. cara pengisian telah dijelaskan dan subjek diminta menjawab dengan jujur dan sesuai dengan keadaan dirinya .sehingga pelaksanaan try out dapat berjalan dengan lancar. Setelah dilakukan try out, dari masing-masing skala yang dibagikan, semuanya memenuhi syarat untuk di skor dan dianalisis.

### **9. Uji validitas dan Reliabilitas**

Pengujian validitas dan instrumen pada penelitian ini secara teknik menggunakan bantuan *SPSS 17.0 for windows*. Menurut Azwar (2012), suatu item dikatakan valid apabila memiliki koefisien korelasi lebih besar dari 0,30. Namun apabila item yang lolos masih belum mencukupi jumlah yang diinginkan maka koefisien korelasi dapat diturunkan dari 0,30 menjadi 0,25. Yang tidak disarankan adalah menurunkan kriteria koefisien korelasi menjadi di bawah 0,20. Berikut ini perhitungan validitas dan reliabilitas dari ketiga skala penyesuaian sosial, kematangan emosi dan kepercayaan diri.



**Tabel. 5 Aitem Skala penyesuaian sosial yang Valid dan Gugur**

No	Aspek penyesuaian sosial	Favorabel		Unfavorebal		Jumlah valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Penampilaan nyata	34	1,2,5	4,10,27	-	4
2	Penyesuaian diri terhadap kelompok	3,8,9,11,16,30	-	7,14,26	-	10
3	Sikap sosial	12,18,19,20,25	22,29	6,24	17	6
4	Kepuasan pribadi	23	13,15,21,28	31,33	-	3
<b>Jumlah</b>						<b>23</b>

Berdasarkan tabel diatas hasil perhitungan validitas skala penyesuaian sosial dari 34 kecendrungan aitem yang telah diujicobakan terdapat 10 aitem yang gugur dan 24 aitem valid dengan  $r_{xy}$  berkisar 0,037 sampai 0,593 dengan  $p > 0,25$  sedangkan uji koefisien reliabilitas skala penyesuaian sosial memiliki nilai  $\alpha = 0,839$  yang berarti aitem sangat reliabel. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran IV hal 103. Sebaran aitem skala penyesuaian sosial yang valid dan gugur dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel.6 Aitem Skala kematangan emosi yang Valid dan Gugur

No	Aspek kematangan emosi	Favorebel		Unfavorebel		Jumlah valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Kontrol emosi	1,3,4,7	20	2,3,7,8,11,16	-	10
2	Penggunaan fungsi mental	15	13,19	12,17,18,20,26	-	6
3	Pemahaman diri	14,23,25,28,30	-	21,22,29	24	8
<b>Jumlah</b>						<b>24</b>

berdasarkan tabel diatas hasil perhitungan validitas skala kematangan emosi dari 30 kecendrungan aitem yang telah diujicobakan terdapat 6 aitem yang gugur dan 24 aitem valid dengan  $r_{xy}$  berkisar -0,14 sampai 0,565 dengan  $p > 0,25$  sedangkan uji koefisien reliabilitas skala kematangan emosi memiliki nilai  $\alpha = 0,825$  yang berarti aitem sangat reliabel. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran IV hal 105.

**Tabel. 7 Aitem Skala kepercayaan diri yang Valid dan Gugur**

No	Aspek kepercayaan diri	Favorebel		Unfavorebel		Jumlah valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Percaya pada kemampuan diri sendiri	1,3,4,7,8	20	2,5,6,9,10,26	-	11
2	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	13,16,27	-	14,17	-	5
3	Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	12,18,19,22,25,29	10,28	15,21,24	23,30	9
<b>Jumlah</b>						<b>25</b>

Berdasarkan tabel diatas hasil perhitungan validitas skala kepercayaan diri dari 30 kecendrungan aitem yang telah diujicobakan terdapat 5 aitem yang gugur dan 25 aitem valid dengan  $r_{xy}$  berkisar -0,100 sampai 0,616 dengan  $p > 0,25$  sedangkan uji koefisien reliabilitas skala kematangan emosi memiliki nilai  $\alpha = 0,840$  yang berarti aitem sangat reliabel. Hasil perhitungan lengkap ada pada

lampiran IV hal 104. Sebaran aitem skala kematangan emosi yang valid dan gugur dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut :

**Tabel 9**  
**Uji Validitas dan Reliabilitas**

	<b>Variabel</b>	<b>Hasil</b>	<b>Keterangan (Status)</b>
<b>Uji Validitas</b> <b>Uji Reliabilitas</b>	Penyesuaian sosial	$r_{xy}$ berkisar antara 0,037 sampai 0,593 dengan $p > 0,25$	Dari 34 aitem yang telah diujicobakan terdapat 10 aitem yang gugur dan 24 aitem yang valid
		$\alpha = 0,839$	Berarti aitem andal
<b>Uji Validitas</b> <b>Uji Reliabilitas</b>	Kematangan emosi	$r_{xy}$ berkisar antara -0,014 sampai 0,565 dengan $p > 0,25$	Dari 30 aitem yang telah diujicobakan terdapat 6 aitem yang gugur dan 24 aitem yang valid
		$\alpha = 0,825$	Berarti aitem andal
<b>Uji Validitas</b> <b>Uji Reliabilitas</b>	Keperayaan diri	$r_{xy}$ berkisar antara -0,100 sampai 0,616 dengan $p > 0,25$	Dari 30 aitem yang telah diujicobakan terdapat 5 aitem yang gugur dan 25 aitem yang valid

		$\alpha = 0,840$	Berarti aitem andal
--	--	------------------	---------------------

### 10. Penyusunan Skala untuk Penelitian

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas, langkah selanjutnya adalah aitem-aitem yang valid dipergunakan untuk mengambil data yang sesungguhnya. Aitem-aitem yang gugur tidak diikutsertakan lagi dalam pengambilan data penelitian. Distribusi ulang kedua skala untuk penelitian dapat dilihat dalam tabel 9 dan 8 .

**Tabel. 10 Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Sosial untuk Penelitian**

No	Aspek penyesuaian sosial	Favorebel	Unfavorebel	Jumlah Valid
		Valid	Valid	
1	Penampilan nyata	34	4,10,27	<b>4</b>
2	Penyesuaian diri terhadap kelompok	3,8,9,11,16,30	7,14,26	<b>10</b>
3	Sikap sosial	12,18,19,20,25	6,24	<b>6</b>
4	Kepuasan pribadi	23	31,33	<b>3</b>
<b>Jumlah</b>				<b>23</b>

**Tabel. 11 Sebaran Aitem Skala Kematangan emosi untuk Penelitian**

No	Aspek kematangan emosi	Favorebel	Unfavorebel	Jumlah Valid
		Valid	Valid	
1	Kontrol emosi	1,3,4,7	2,3,7,8,11,16	10
2	Penggunaan fungsi mental	15	12,17,18,20,26	6
3	Pemahaman diri	14,23,25,28,30	21,22,29	8
<b>Jumlah</b>				<b>24</b>

**Tabel.12 Sebaran Aitem Skala kepercayaan diri untuk Penelitian**

No	Aspek kepercayaan diri	Favorebel	Unfavorebel	Jumlah Valid
		Valid	Valid	
1	Percaya pada kemampuan diri sendiri	1,3,4,7,8	2,5,6,9,10,26	11
2	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	13,16,27	14,17	5
3	Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	12,18,19,22,25,29	15,21,24	9

<b>Jumlah</b>		<b>25</b>
---------------	--	-----------

## **F. Pelaksanaan Penelitian**

### **4. Penentuan Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa baru yang sedang melakukan penyesuaian terhadap lingkungan sekolahnya. Sampel berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan, dan berusia antara 14-17 tahun. subjek adalah siswa di SMA Negeri 13 Bandar Lampung yang sedang duduk di kelas X.

Pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling dimana *Cluster* berarti individu yang menjadi populasi dibagi menjadi kelompok-kelompok, dalam hal ini populasi terdiri dari kelas-kelas. *Random sampling* berarti setiap anggota populasi mempunyai hak yang sama untuk menjadi sampel. Pada penentuan sampel ini, peneliti melakukan undian berdasarkan kelompok (kelas). Dari beberapa kelas yang terdapat di kelas X dan hasil undian keluar 3 kelas yang dibutuhkan untuk menjadi sampel yaitu X MIPA3 , X MIPA5 DAN X IPS4.

**Tabel. 13 pengambilan sampel**

No.	Kelas	Sampel awal	Sampel Gugur
1	X MIPA 3	30	0
2.	X MIPA 5	32	2
3.	X IPS 4	32	0
	Jumlah	94	2
	Sampel ahir	92	

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sampel di ambil berdasarkan hasil undian, hasil yang didapat tiga kelas yang menjadi populasi dalam penelitian yakni kelas X MIPA 3 berjumlah 36 orang, X IPA 5 berjumlah 36 orang, X IPS 4 berjumlah 32 orang sehingga ditotal terdapat 104 sampel. Namun dalam proses pengambilan data penelitian, ada 2 orang sampel gugur dikarenakan sampel tidak konsisten dalam mengisi aitem dalam skala. Sehingga jumlah sampel penelitian terakhir adalah berjumlah 92 orang.

### **5. Pelaksanaan Pengumpulan Data**

Pengumpulan data penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 13 september 2018 di SMA Negeri 13 Bandar Lampung. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan lembar skala kepada siswa khususnya siswa baru yaitu siswa kelas X lalu diberikan penjelasan terlebih dahulu tentang bagaimana tata cara pengisian tiga skala tersebut kemudian mempersilahkan siswa untuk mengisinya. Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah melakukan skoring dan selanjutnya dianalisis dan menguji hipotesis.

### **6. Skoring**



Setelah pengisian skala penyesuaian sosial, skala kematangan emosi dan kepercayaan diri, langkah selanjutnya adalah penskoran pada skala penyesuaian sosial, skala kematangan emosi dan skala kepercayaan diri dilakukan dengan sistem bertingkat, pernyataan yang tergolong favourabel dengan alternatif jawaban SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (Tidak sesuai) dan STS (Sangat tidak sesuai). Maka nilai yang diberikan 4 sampai 1, sebaliknya apabila unfavourabel alternatif jawaban SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (Tidak sesuai) dan STS (Sangat tidak sesuai) maka nilai yang diberikan 1 sampai 4. Kemudian skor yang diperoleh dari subjek penelitian dijumlahkan untuk masing-masing skala. Total skor dari skala yang diperoleh subjek akan dipakai dalam analisis data. Penskoran pada skala kepercayaan diri, skala kematangan emosi dan skala kepercayaan diri akan dibuat dalam tiga golongan yaitu rendah, sedang dan tinggi.

Favourabel	Nilai	Unfavorabel	Nilai
SS (Sangat sesuai)	4	SS (Sangat sesuai)	1
S (Sesuai)	3	S (Sesuai)	2
TS (Tidak Sesuai)	2	TS (Tidak Sesuai)	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	STS (Sangat Tidak Sesuai)	4

## G. Analisis Data Penelitian

### 6. Deskripsi Statistik masing-masing Variabel Penelitian

Data skor penyesuaian sosial, kematangan emosi dan kepercayaan diri diperoleh melalui angket yang disebarkan kepada siswa dan siswi SMA Negeri 13 Bandar Lampung.

**Tabel 14**

### Deskripsi Statistik Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
Penyesuaian sosial	92	65	90	78,23	6,28
Kematangan emosi	92	68	94	82,45	5,464
Kepercayaan diri	92	65	98	81,97	7,307

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui jumlah subjek penelitian sebanyak 92 orang skor penyesuaian sosial terendah adalah 65 sedangkan skor penyesuaian sosial tertinggi adalah 90, kemudian skor kematangan emosi memiliki skor terendah 68 sedangkan skor tertingginya adalah 94, aspek kepercayaan diri memiliki skor terendah 65 sedangkan skor tertinggi adalah 98.

## 7. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian

Kategorisasi variabel bertujuan menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang telah di ukur. Berikut tabel norma skor yang telah di sajikan. Setelah kategori tersebut didapatkan, maka akan diperoleh nilai presentasi kategori untuk masing-masing variabel.

### d. Kategorisasi penyesuaian sosial

Dibawah ini disajikan tabel yang menunjukan sebuah variabel penyesuaian sosial. Skala terdiri dari 24 butir pernyataan yang berhubungan dengan perilaku dalam hal ini dibagi menjadi tiga kategori sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

**Tabel.15**

### **Kategorisasi Penyesuaian Sosial pada remaja**

Kategori	Frekwensi	Persen	Norma
Tinggi	11	11,96%	$X > \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$
Sedang	69	75%	$\text{Mean} - \text{Std. Deviation} \leq X \leq \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$
Rendah	12	13,04%	$X < \text{Mean} - \text{Std. Deviation}$
Total	92	100%	

Berdasarkan tabel di atas 11,96% dari total responden memiliki tingkat penyesuaian sosial yang tinggi 75 % responden memiliki tingkat penyesuaian sosial sedang dan 13,04% memiliki tingkat penyesuaian sosial yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang diteliti, tingkat penyesuaian sosial yang paling dominan berada pada kategori sedang.

e. Kategorisasi kematangan emosi

Dibawah ini disajikan tabel yang menunjukkan sebuah variabel kematangan emosi. Skala terdiri dari 24 butir pernyataan yang berhubungan dengan perilaku dalam hal ini dibagi menjadi tiga kategori sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

**Tabel. 16 Kategorisasi kematangan emosi**

Kategori	Frekwensi	Persen	Norma
Tinggi	19	20,65%	$X > \text{Mean} + \text{Std. Deviation}$

Sedang	64	69,7% %	Mean – Std. Deviation $\leq X \leq$ Mean + Std. Deviation
Rendah	9	9,78% %	$X < \text{Mean} - \text{Std.}$ Deviation
Total	92	100%	

Berdasarkan tabel di atas 11,96% dari total responden memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi 75 % responden memiliki tingkat kematangan emosi sedang dan 13,04% memiliki tingkat kematangan emosi yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang diteliti, tingkat kematangan emosi yang paling dominan berada pada kategori sedang.

f. Kategorisasi kepercayaan diri

Dibawah ini disajikan tabel yang menunjukkan sebuah variabel kepercayaan diri. Skala terdiri dari 25 butir pernyataan yang berhubungan dengan perilaku dalam hal ini dibagi menjadi tiga kategori sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

**Tabel. 17 Kategorisasi Kepercayaan Diri**

Kategori	Frekwensi	Persen	Norma
Tinggi	13	14,13%	$X > \text{Mean} + \text{Std.}$ Deviation
Sedang	69	75%	Mean – Std. Deviation $\leq X \leq$ Mean + Std. Deviation
Rendah	10	10,87%	$X < \text{Mean} - \text{Std.}$ Deviation
Total	92	100%	

Berdasarkan tabel di atas 14,13% dari total responden memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi 75 % responden memiliki tingkat kepercayaan diri sedang dan 10,87% memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang diteliti, tingkat kepercayaan diri yang paling dominan berada pada kategori sedang.

## 8. Uji Asumsi

Uji asumsi bertujuan untuk mengetahui terpenuhi atau tidaknya persyaratan untuk di analisis. Uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

### c. Uji normalitas

Uji normalitas sebaran dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya penyebaran data dari variabel penelitian dengan kata lain uji normalitas sebaran dimaksud untuk melihat apakah subjek yang dijadikan sampel penelitian memenuhi syarat sebaran yang normal untuk mewakili populasi. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan formula Kolmogorov-Smirnov. Sebagai kriteria apabila  $p > 0,05$  maka sebarannya dikatakan normal, sebaliknya apabila  $p < 0,05$  maka sebarannya dikatakan tidak normal (Hadi, 2000). Tabel berikut ini merupakan rangkuman hasil perhitungan uji normalitas sebaran.

**Tabel. 18 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran**

Variabel	Rerata	SD	K-S	Taraf Signifikansi	Keterangan
----------	--------	----	-----	--------------------	------------

Penyesuaian Sosial	78,23	6,218	0,531	>0,05	Normal
Kematangan Emosi	82,45	5,484	0,092	>0,05	Normal
Kepercayaan diri	81,97	7,307	0,898	>0,05	Normal

Dari hasil uji normalitas sebaran data penelitian variabel penyesuaian sosial , kematangan emosi dan kepercayaan diri diketahui bahwa variabel tersebut memiliki sebaran data yang normal. Hal ini ditunjukkan oleh koefisien normalitas Kolmogorov-Smirnov pada masing-masing variabel  $p > 0,05$ . Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel one-sample kolmogrov-smirnov test lampiran VII hal 126.

#### d. Uji linearitas

Uji linearitas hubungan dilakukan untuk mengetahui linearitas hubungan antara penyesuaian sosial , kematangan emosi dan kepercayaan diri Sebagai kriteria apabila  $p > 0,05$  maka ada hubungan yang linear, sebaliknya apabila  $p < 0,05$  maka sebarannya dikatakan tidak memiliki hubungan yang linear (Hadi, 2000). Tabel berikut ini merupakan rangkuman hasil perhitungan uji linearitas.

**Tabel.19 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas**

Variabel	Sig. Deviation from linierity	Taraf Signifikansi	Keterangan
Penyesuaian Sosial dengan kematangan emosi	0,282	>0,05	Linear
Penyesuaian sosia dengan Kepercayaan diri	0,194	>0,05	Linear

dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara penyesuaian sosial dengan kematangan emosi dan kepercayaan diri, hal ini dibuktikan dari signifikansi linearitas deviasi yang memiliki nilai lebih tinggi dari taraf signifikansi  $p > 0,05$ . Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel *coefficients* lampiran VII hal 126-127.

## 9. Uji Hipotesis

Perhitungan untuk uji hipotesis dilakukan dengan metode analisis regresi berganda yang dihitung menggunakan bantuan jasa program komputer SPSS versi 17 *for windows*. Dalam regresi, terdapat tiga hal yang harus diperhatikan. Pertama, besaran *R-Square* untuk mengetahui berapa persen (%) varians variabel dependen yang dijelaskan oleh variabel independen. Kedua, apakah secara keseluruhan variabel independen berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen. Terakhir, memperhatikan signifikansi tidaknya koefisien regresi dari masing-masing variabel independen dengan mengetahui Sumbangan efektif (SE) dan Sumbangan Relatif (SR)..

Langkah pertama, peneliti melihat besaran *R-Square* untuk mengetahui berapa persen (%) varians variabel dependen yang dijelaskan oleh variabel independen. Untuk tabel *R-Square* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel.20 uji hipotesis**

**Tabel R-Square**

Model	R	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.485	0.235	5.500

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa diperoleh *R-Square* dengan nilai 0,235 atau sebesar 23,5%. Artinya, proporsi varians dari penyesuaian sosial yang dijelaskan oleh kematangan emosi dan kepercayaan diri adalah sebesar 23,5%, sedangkan 76,5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel *model Summary* lampiran VIII hal 128.

Langkah kedua, peneliti melakukan uji F untuk menganalisis pengaruh dari keseluruhan variabel independen. Adapun hasil uji F dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel.21 Tabel Anova**

Model	Sum of Square	DF	Mean Square	F	Sig.
Regression	826.107	2	413.053	13.655	0.000
Residual	1692.100	89	30.248		
total	3518.207	91			

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai p pada kolom paling kanan adalah 0,000 atau  $p = 0,000$  dengan nilai  $p < 0,05$ . Dengan demikian terdapat



pengaruh yang signifikan dari kematangan emosi dan kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 13 Bandar Lampung. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel anova lampiran VIII hal 129.

Langkah selanjutnya, peneliti mencoba melihat koefisien regresi dari masing-masing variabel independen. Telah dijelaskan sebelumnya, jika  $p < 0,05$  maka koefisien regresi tersebut signifikan yang berarti variabel independen tersebut memiliki pengaruh yang signifikan. Adapun besarnya koefisien regresi dari masing-masing variabel independen terhadap penyesuaian sosial dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel. 22 koefisien regresi**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Ket
	B	Std. Error				
<i>Constant</i>	27,223	9,940		2.739	0,007	Signifikan
Kematangan emosi	0,354	0,108	0,311	3.283	0,001	Signifikan
Kepercayaan diri	0,266	0,081	0,313	3.300	0,001	Signifikan

Berdasarkan koefisien regresi pada tabel di atas, dapat diketahui persamaan regresi yang memiliki pengaruh signifikan adalah pada dua variabel yakni kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan taraf signifikansi  $p < 0,05$ . Hal ini berarti semua hipotesis diterima. Penjelasan dari masing-masing variabel independen dapat dijabarkan sebagai berikut:

c. Variabel Kematangan Emosi

Diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,354 dengan signifikansi sebesar 0,001 (sig. > 0,05), hal ini menunjukkan bahwa variabel Kematangan Emosi secara positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penyesuaian sosial pada remaja. Artinya, semakin tinggi variabel kematangan emosi pada Remaja maka semakin tinggi penyesuaian sosialnya. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel *coefficients* lampiran VIII hal 129.

d. Variabel Kepercayaan Diri

Diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,266 dengan signifikansi sebesar 0,001 (sig. > 0,05), hal ini menunjukkan bahwa variabel Kepercayaan Diri secara positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penyesuaian sosial pada Remaja. Artinya, semakin tinggi variabel kepercayaan diri pada Remaja maka semakin tinggi penyesuaian sosialnya. Hasil perhitungan lengkap ada pada tabel *coefficients* lampiran VIII hal 129

# **10. Pengujian sumbangan efektif dan sumbangan relatif masing-masing variabel**

Selanjutnya, peneliti menjelaskan mengenai sumbangan efektif (SE) dan sumbangan Relatif (SR). SE adalah ukuran sumbangan suatu variabel prediktor atau variabel independen terhadap variabel dependen dalam analisis regresi, penjumlahan dari sumbangan efektif untuk semua variabel independen adalah sama dengan jumlah nilai yang ada pada koefisien determinasi atau *R-Square*. Sementara itu SR merupakan suatu ukuran yang menunjukkan besarnya

sumbangan suatu variabel dependen terhadap jumlah kuadrat regresi. Pengujian pada tahap ini dianalisis satu per satu seperti yang ada pada tabel berikut.

**Tabel. 23 Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif**

Variabel	Koefisien Regresi (Beta)	Koefisien korelasi	Sumbangan Efektif (%)	Sumbangan Relatif (%)	Sig. F Change
Kematangan emosi	0,311	0,376	11,7%	49,8%	0,001
Kepercayaan diri	0,313	0,377	11,8%	50,2%	0,001
			23,5%	100%	

c. Hasil dari perhitungan sumbangan efektif (SE)

Berdasarkan hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa sumbangan efektif (SE) variabel kematangan emosi (X1) terhadap kepercayaan diri (Y) adalah sebesar 11,7% , sementara sumbangan efektif (SE) kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial (Y) sebesar 11,8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel X2 lebih memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap variabel Y dari pada X1. Untuk total SE adalah sebesar 23,5% atau

sama dengan koefisien determinasi ( $R^2$ ) Analisa Regresi yakni 23,5%. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran VIII hal 129.

d. Hasil dari sumbangan relatif (SR)

Berdasarkan hasil dari perhitungan diatas dapat diketahui bahwa sumbangan relatif (SR) variabel kematangan emosi (X1) terhadap penyesuaian sosial (Y) adalah 49,8%, sementara sumbangan relatif (SR) variabel kepercayaan diri (X2) terhadap penyesuaian sosial (Y) adalah 50,2 %. Untuk total SR adalah sebesar 100% atau sama dengan 1. Hasil perhitungan lengkap ada pada lampiran VIII hal 129.

## **H. Hasil Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja di SMA N 13 Bandar Lampung. Berdasarkan hasil perhitungan secara statistik dengan menggunakan teknik uji regresi berganda yang dibantu oleh SPSS versi 17.0 yang telah dilakukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial dengan  $R = 0,485$  dengan  $p = 0,000$  dimana  $p < 0,01$ , maka dapat dikatakan bahwa kematangan emosi dan kepercayaan diri berperan dalam penyesuaian sosial pada remaja.

### **4. Kematangan Emosi dengan penyesuaian sosial pada remaja**

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa dari 92 siswa di SMAN 13 Bandar Lampung terdapat 11 siswa (11,96%) yang memiliki kematangan emosi tinggi, 69 siswa (75%) yang memiliki kematangan emosi sedang, dan 12 siswa (13,04%) yang memiliki kematangan emosi rendah. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa rata-rata kematangan emosi siswa di SMAN 13 Bandar Lampung berada pada kategori sedang.

Individu yang matang emosinya dapat mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Seperti halnya dengan siswa di SMAN 13 Bandar Lampung yang rata-rata memiliki kematangan emosi sedang. Hal ini dapat diartikan, sebagian besar siswa di SMAN 13 Bandar Lampung sudah dapat mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Sejalan dengan Kartono (dalam Gusti Yuli dan Margaretha, 2010) yang mengartikan kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pada emosional seperti pada masa kanak-kanak.

Siswa di SMAN 13 Bandar Lampung yang sudah mampu mengontrol emosinya berarti dapat mengungkapkan emosi dengan tepat dan tidak menunjukkan kemarahan di depan orang lain. Hal ini sejalan dengan Hurlock (2014) yang telah menjelaskan bahwa remaja yang telah mencapai kematangan emosi dapat mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Dari hasil uji hipotesis pada variabel kematangan emosi dengan penyesuaian sosial diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,354 dengan

signifikan sebesar 0,001 ( $\text{sig} < 0,001$ ) hal ini menunjukkan bahwa variabel kematangan emosi secara positif mempengaruhi penyesuaian sosial pada remaja.

### **5. Kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja**

Hasil Kategorisasi menunjukkan 14,13% dari total responden memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi 75 % responden memiliki tingkat kepercayaan diri sedang dan 10,87% memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang diteliti, tingkat kepercayaan diri yang paling dominan berada pada kategori sedang Sesuai dengan pendapat Asmadi Alsa, (2006) menyatakan bahwa kepercayaan diri pada setiap siswa akan berbeda, karena kepercayaan diri merupakan pandangan sikap dan keyakinan siswa dalam menghadapi suatu tugas dan pekerjaan. Jika tidak ada percaya diri seorang siswa tidak dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dan menjadi manusia yang utuh dalam kehidupan bermasyarakat.

Kepercayaan diri akan memperkuat motivasi dalam mencapai sebuah keberhasilan, karena semakin tinggi kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, semakin kuat pula semangat untuk menyelesaikan segala pekerjaannya. Kepercayaan diri juga membawa kekuatan dalam menentukan langkah dan merupakan faktor utama dalam mengatasi suatu masalah. Dari hasil uji hipotesis diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,266 dengan signifikansi sebesar 0,001 ( $\text{sig.} > 0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa variabel Kepercayaan Diri secara positif mempengaruhi secara signifikan terhadap penyesuaian sosial pada

Remaja. Artinya, semakin tinggi variabel kepercayaan diri pada Remaja maka semakin tinggi penyesuaian sosialnya.

#### **6. Hubungan kembangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja**

Berdasarkan hasil perhitungan statistik dapat diketahui bahwa sumbangan efektif (SE) variabel kematangan emosi (X1) terhadap penyesuaian sosial (Y) adalah sebesar 11,7% , sementara sumbangan efektif (SE) kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial (Y) sebesar 11,8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel X2 lebih memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap variabel Y dari pada X1. Untuk total SE adalah sebesar 23,5% atau sama dengan koefisien determinasi (Rsquare) Analisa Regresi yakni 23,5%. Dan 76,5 % sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian. faktor-faktor lainnya bisa terdapat pada dari pola asuh orang tua, self efficacy, konsep diri , dukungan sosial dan kontrol diri.

Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial . Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Penyesuaian Sosial sebelumnya dilakukan oleh Ibnu Ardi dengan penelitian berjudul ”Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X Di Smk Negeri 1 Kalasan” yang dilakukan di Yogyakarta dengan hasil terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial . telah terbukti, artinya Jika siswa kelas X memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka tingkat penyesuaian sosialnya juga tinggi.

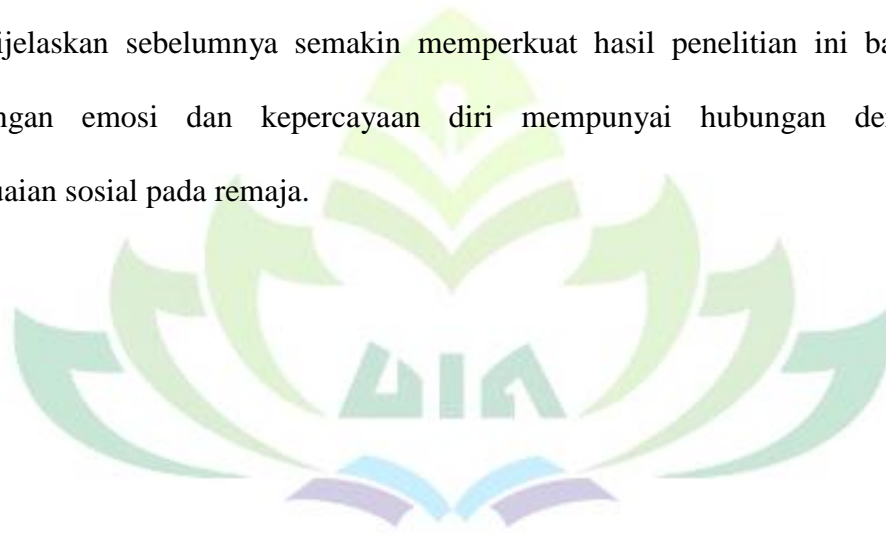
Penyesuaian sosial diartikan sebagai suatu proses dari individu dalam memenuhi kebutuhan dalam dirinya sendiri serta lingkungan di mana ia tinggal, agar mencapai suatu kondisi yang seimbang dan keberhasilan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya, dimanapun individu berada. Wujud dari penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain, memenuhi aturan kelompok masyarakat, mampu mengaktualisasikan dirinya dengan kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya.

Siswa yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, maka akan menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berhubungan dengan orang lain, dan merasa puas karena dapat berhubungan dengan kelompok sosial, serta menerima kelemahan-kelemahan diri sendiri, sehingga dapat menimbulkan kepercayaan diri, karena dengan percaya diri siswa lebih mudah bergaul dengan orang lain dan tidak mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial.

Begitupun dengan kematangan emosi remaja, sejalan dengan penelitian Susilowati 2013 yaitu hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial pada siswa akselerasi di SMPN 1 Malang. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial. Artinya bahwa apabila kematangan emosi siswa akselerasi tinggi biasanya akan diikuti dengan penyesuaian sosial yang tinggi, begitu juga pun sebaliknya.



Widyasari (2008) mengemukakan bahwa untuk dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik, maka kematangan emosi mempunyai peranan yang sangat penting. Siswa yang matang secara emosional lebih dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Mengajarkan keterampilan emosional dan sosial pada siswa dapat membentuk kematangan emosional yang selanjutnya memudahkan siswa dalam melakukan penyesuaian sosial. Berbagai penelitian dan teori yang telah dijelaskan sebelumnya semakin memperkuat hasil penelitian ini bahwa kematangan emosi dan kepercayaan diri mempunyai hubungan dengan penyesuaian sosial pada remaja.



## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Juantika Nurihsan. 2011. *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja: Tinjauan Psikologi, Pendidikan, dan Bimbingan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Afiatin, T. dan Martaniah, S.M.. (1998). Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok. *Jurnal Psikologika*, 6 (3).
- Al-Quran Digital
- Anthony R. 1992. *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri* (Terjemahan Rita Wahyudi). Jakarta : Bina Rupa Aksara
- Astuti, 2000. Kematanga Emosi. [Http://peltuoboy.blogspot.com/2010/01/emosi.html](http://peltuoboy.blogspot.com/2010/01/emosi.html). (23 April 2011).
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- \_\_\_\_\_. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2014). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy : The Exercise of Control*. New York : Freeman and Company.
- Chaplin. 2011. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Centi,P. J. 1995. *Mengapa rendah Diri*. Yogyakarta : Karnius
- Drajat, Z. 1994. *Remaja, Harapan dan Tantangan*. Jakarta : CV. Ruhama
- Nuryoto.sartini 2009. *Kumpulan review jurnal emosi dan perkembangan*. Universitas Gajah Mada.
- Hurlock. *Psikologi Perkembangan*. 2002. Erlangga.

Hurlock, Elizabeth B. Alih bahasa Isti Widayanti dan Sudjarwo. (1999). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga.

Hurlock, B. Elizabeth. (2003). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Penerjemah: Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Karsidi, R. (2005). *Sosiologi Pendidikan*. Surakarta: LPP UNS & UNS Press.

Krisniawati, Eli. 2014. Jurnal kematangan emosi dan percaya diri dengan penyesuaian sosial.

Kusumawana, Dokuminikus Gusti Bagus.(2009). *Imam di Ambang Batas*. Yogyakarta:Kanisius.

Lie, A. 2003. 1001 Cara menumbuhkan rasa percaya diri anak. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo

Lauster, P. 1997. *Test Kepribadian*( terjemahan Cecilia, G. Sumekto). Yogyakarta.Kanisius.

Nunnally, J. 1967. *Psychometric Methods*. New York: McGraw-Hill.

Sartre, J.P. (2002). *Pengantar Teori Emosi*. Alih Bahasa : Luthfi Ashari. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Schneiders, Alexander. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York, Hoolt, Rinehart and Winston.

Soetjiningsih. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : CV Sagung Seto.

Sofyan S. Willis. (2005). *Remaja dan Masalahnya Mengupas Berbagai bentuk Kenakalan Remaja seperti Narkoba, Freesex dan Pemecahannya*. Bandung : CV Alfabeta.

Syamsu Yusuf Ld. N. 2009. Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah. Bandung: Rizqi Press.

Walgito, Bimo. (2004). Bimbingan dan Konseling Perkawinan. Yogyakarta: Andi Offset.

Yusuf Syamsu. (2004). *Psikologi Anak dan Remaja*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

